

# ARJEN AARTEITA ETSIMÄSSÄ

Leiri yhden vanhemman perheiden voimaantumisen tukena

Tiia Helander  
Valtteri Keskitalo  
Laura Koskiniemi  
Opinnäytetyö, kevät 2015  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Diakonisen hoitotyön  
suuntautumisvaihtoehto  
Sairaanhoitaja (AMK) – diakonissa

## TIIVISTELMÄ

Helander, Tiia; Keskitalo, Valtteri & Koskiniemi, Laura. Arjen aarteita etsimässä: leiri yhden vanhemman perheiden voimaantumisen tukena. Helsinki, kevät 2015, 56 s., 9 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma, diakonisen hoitotyön suuntautumisvaihtoehto, sairaanhoitaja (AMK) -diakonissa.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella, toteuttaa ja kuvata yhden vanhemman perheiden leiri Ilmajoen seurakunnassa. Tavoitteena oli kehittää Ilmajoen seurakunnan diakoniantyön yksinhuoltajatyötä. Leirin tavoitteena oli osallistujien virkistyminen ja voimaantuminen vertaistuen kautta. Opinnäytetyö oli toiminnallinen ja se toteutettiin yhden yön leirinä syksyllä 2014. Leirille osallistui viisi yhden vanhemman perhettä.

Yhden vanhemman perhe koostuu yhdestä vanhemmasta ja vähintään yhdestä alle 18-vuotiaasta lapsesta. Yksinhuoltajuus on aiheena ajankohtainen. Vuonna 2013 kaikista Suomen lapsiperheistä yhden vanhemman perheitä oli 20,6 prosenttia. Yhden vanhemman perheissä voi olla taloudellisia, sosiaalisia ja hyvinvointiin liittyviä haasteita. Yhden vanhemman perheitä voidaan tukea eri tavoin. Diakoniatyö on yksi yhden vanhemman perheitä tukevista toimijoista.

Leirille suunniteltiin ohjelmaa sekä aikuisille että lapsille. Mainostimme leiriä Ilmajoki-lehdessä. Teimme mainoksen, jota oli saatavilla Ilmajoen seurakunnassa, neuvoloissa ja sosiaalitoimistossa. Meidän lisäksemme leirille osallistui kaksi diakoniatyöntekijää ja neljä isosta. Leiriohjelma koostui ohjatusta ryhmätoiminnasta, ulkoilusta ja vapaasta yhdessäolosta.

Leiriläisten antaman palautteen mukaan he kokivat vertaistukea ja voimaantumista leirillä. Niitä tukivat uusiin ihmisiin tutustuminen ja perheen kanssa yhdessä vietetty aika. Yksinhuoltajat toivoivat seurakunnalta retkiä, leirejä ja tapaamisia yksinhuoltajien kesken esimerkiksi ryhmä- tai kahvilatoimintana. Taloudellisen avun saaminen oli myös yksi toive. Ilmajoen seurakunta on sisällyttänyt vuoden 2015 budjettiin yhden vanhemman perheiden leirin.

Asiasanat: yhden vanhemman perheet, vertaistuki, leirit, voimaantuminen, diakonia

## ABSTRACT

Helander, Tiia; Keskitalo, Valtteri and Koskiniemi, Laura. A camp for supporting the empowerment of single-parent families. 56 p., 9 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2015. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Nursing, Option in Diaconial Nursing. Degree: Nurse.

This thesis is a product. The purpose of the thesis was to plan, organize and describe a camp for single-parent families. The camp took place in Ilmajoki, a municipality in Finland and was organized in co-operation with the Evangelical Lutheran congregation of Ilmajoki. The aim of the thesis was to develop diaconial work in the congregation of Ilmajoki. The camp was held in autumn 2014. Five single-parent families participated in the camp.

Single-parent family consists of one parent and at least one minor child. In 2013 20,6 per cent out of all families with children in Finland were single-parent families. These families may face challenges related to finance, social relations and well-being. Diaconial work is one form of support for single-parent families.

The process of our thesis started in 2013 by planning the camp and collecting theory for the written part of the thesis. Before the camp we advertised it with a short release in a local newspaper, social services and maternity clinics. We planned the program of the camp to include activities for both children and parents. The activities consisted of structured group sessions and optional parts that enabled the participants to spend time in a way they wanted to.

The feedback of the participants revealed that they had experienced peer support and empowerment during the camp. These effects were promoted by chances of getting to know new people and spending time with the family. The feedback also pointed out that single parents wished for different activities and services organized by the congregation. Examples of these were camps, trips, meetings and financial aid.

The congregation of Ilmajoki has budgeted a camp for single-parent families to be organized in 2015.

Keywords: single-parent families, peer support, camp work, empowerment, diaconial work

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	5
2 YKSIHUOLTAJUUS .....	7
2.1 Yksihuoltajuus tilastoissa.....	7
2.2 Yksihuoltajuus yhteiskunnassa.....	8
2.3 Eron vaikutus perheeseen.....	10
2.4 Lapsi yhden vanhemman perheessä.....	11
2.5 Perhetyö.....	12
3 TERVEYDEN EDISTÄMINEN.....	14
3.1 Terveyden edistäminen Suomessa .....	15
3.2 Terveyden edistäminen diakoniatyössä.....	16
3.3 Vertaistuki, voimaantuminen ja ryhmätoiminta .....	17
3.4 Aarrekartta-työtapa voimaantumisen välineenä .....	19
4 DIAKONIA KIRKON TYÖALANA .....	22
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....	25
5.1 Toimintaympäristö .....	25
5.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet .....	27
6 YHDEN VANHEMMAN PERHEIDEN LEIRI .....	28
6.1 Leirin hengellinen teema .....	28
6.2 Leirin suunnittelu .....	30
6.3 Leirin sisältö ja toteutus.....	32
6.4 Leiriläisten odotukset ja palaute .....	34
6.5 Diakoniatyöntekijöiden ja isosten palaute.....	34
7 POHDINTA JA ARVIOINTI .....	36
7.1 Eettiset näkökohdat.....	36
7.2 Toiminnan pohtiminen .....	37

7.3 Oma ammatillinen kasvu .....	38
LÄHTEET .....	42
LIITTEET .....	48
LIITE 1: Leirin ohjelmarunko .....	48
LIITE 2: Tiedote leiristä Ilmajoki-lehdessä .....	49
LIITE 3: Leirimainos .....	50
LIITE 4: Leirikirje .....	51
LIITE 5: Lomake odotuksista leirin suhteen .....	52
LIITE 6: Palautelomake aikuisille .....	53
LIITE 7: Palautelomake lapsille .....	54
LIITE 8: Palautelomake diakoniatyöntekijöille .....	55
LIITE 9: Palautelomake isosille .....	56

# 1 JOHDANTO

Yhden vanhemman perhe koostuu yhdestä vanhemmasta ja vähintään yhdestä alle 18-vuotiaasta lapsesta (Haataja 2009, 46). Tässä opinnäytetyössä tarkoitetaan yksinhuoltajuudella ilmiötä, yhden vanhemman perheellä lapsia ja vanhempaa ja yksinhuoltajilla perheiden vanhempia. Opinnäytetyömme käsittelee yhteiskunnallisesti ajankohtaista aihetta. Vuonna 2013 Suomessa kaikista lapsiperheistä yhden vanhemman perheitä oli 20,6 prosenttia. Vuonna 1993 vastaava luku oli 15,9 prosenttia. Voidaan siis todeta yksinhuoltajuuden yleistyneen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014.) Suomessa valtaosa lapsista ja nuorista voi hyvin. Kuitenkin osa heistä elää haastavissa olosuhteissa. Perheessä jokaisen perheenjäsenen tilanne vaikuttaa toiseen. Lapsen ja nuoren hyvinvointi heijastuu koko perheeseen. Osalle perheistä ongelmat kasautuvat ja he tarvitsevat tukea. Suomessa lapsiperheitä tukevat ja auttavat moniammatillinen sosiaali- ja terveysalan palveluverkosto. Siihen kuuluvat muun muassa äitiys- ja lastenneuvolat, perhekeskukset, päivähoidot, koulut, kirkon lapsi-, nuoris- ja diakoniatyö sekä kolmannen sektorin palvelut. (Vilén, Vihunen, Vartiainen, Siven, Neuvonen & Kurvonen 2006, 65–70.)

Diakoniatyö on lähimmäisenrakkauteen perustuvaa työtä erityisesti niiden hyväksi, joiden hätä on suurin ja joita ei muilla tavoin auteta (Kirkkojärjestys 1991/1055). Perhediakonia tukee kasvatustyötä ja perhe-elämää. Perheet kaipaavat apua esimerkiksi elämänmuutosten ja kriisien vuoksi. (Jääskeläinen 2002, 194.) Perhediakonian lisäksi sielunhoito on yleinen diakonian työmuoto (Kiiski 2014, 23–24). Aarrekartta-työtapaa voidaan käyttää sielunhoidossa voimaantumisen välineenä. Sen tarkoitus on tukea asiakasta saavuttamaan unelmiaan. Keskeinen ajatus on, että tiedostettuaan unelmansa yksilön on helpompaa tavoittaa ne. (Harju 1999, 13–15; Kiiski 2009, 213.)

Opinnäytetyömme näkökulmana on terveyden edistäminen. Se on toimintaa, jolla parannetaan edellytyksiä terveydestä huolehtimiseen (Vertio 2003, 29). Terveyden edistäminen on diakoniatyön osa-alue. Sairaanhoidaja-diakonissan koulutus vahvistaa terveyden edistämisen osaamista diakoniatyön kentällä.

(Kotisalo & Rättyä 2014, 15.) Vertaistuki on vastavuoroista sosiaalista auttamista.

Siinä vaihdetaan kokemuksia ja tietoja samankaltaisissa haastavissa elämäntilanteissa tai kriiseissä olevien ihmisten kesken. Vertaistuki johtaa parhaimmillaan ihmisen voimaantumiseen. (Huuskonen i.a.) Voimaantuminen tarkoittaa henkilön ajatusmaailman muuttumista sellaiseksi, että hän kokee itsensä kyvykkääksi (Kuokkanen 2003, 25; Siitonen 1999, 83).

Opinnäytetyön tarkoituksena on suunnitella, toteuttaa ja kuvata yhden vanhemman perheiden leiri Ilmajoen seurakunnassa. Yhteistyökumppanimme on Ilmajoen seurakunta. Ilmajoella asuu 12 000 ihmistä, joista 91 prosenttia kuuluu kirkkoon (Ilmajoen kunta 2014; Lapuan hiippakunta 2012–2014). Ilmajoen lapsiperheistä oli vuonna 2013 yhden vanhemman perheitä 13,8 prosenttia (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014).

## 2 YKSINHUOLTAJUUS

Yksinhuoltajaperheellä eli yhden vanhemman perheellä tarkoitetaan perhettä, jossa asuu yksi vanhempi ja vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi. Nykyään avioero on yleisin syy yksinhuoltajuuteen. Aikaisemmin yleisin syy yksinhuoltajuuteen oli puolison kuolema. 1970-luvulla yli joka neljäs yksinhuoltaja oli leski. Nykyään puolison kuoleman takia yksinhuoltajia on muutama prosentti kaikista yksinhuoltajista. Muita syitä ovat lapsen suunnittelematon syntymä ja lapsen hankkiminen ilman toista huoltajaa. Nykyään noin 7–8 prosenttia lapsista syntyy yhden vanhemman perheeseen. Äidit ovat enemmistö yksinhuoltajissa. Suurella osalla yksinhuoltajista on yhteishuoltajuus lapsen toisen vanhemman kanssa. Yli 90-prosenttisesti erotilanteissa tehdään sopimus lapsen yhteishuoltajuudesta. Avioliitosta eronneiden lasten vanhemmista yli puolella on sopimus yhteishuoltajuudesta. Kuitenkin lapsella voi olla vain yksi katuosoite ja vain toinen vanhemmista kerrallaan on oikeutettu yksinhuoltajaetuuksiin, joten tilastoissa yksinhuoltajaksi luetaan myös yhteishuoltajuuden omaava vanhempi. (Haataja 2009, 46–49.)

Lapsiperheiden arki muodostuu perheestä, kodista, työelämästä ja vapaa-ajan toiminnoista. Ne ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Perheiden tilanteet ja asemat ovat erilaisia. Eriarvoisuus voi näkyä perheen ulkoisissa ja sisäisissä resursseissa. Ne vaikuttavat perheen hyvinvointiin, terveyteen ja esimerkiksi voimavaroihin. Ulkoisia resursseja ovat asumistaso, taloudellinen tilanne, vanhempien koulutus ja ammatillinen asema. Perheen sisäisiä resursseja ovat perheen historia, vanhempien ja lasten suhteet sekä sosiaalinen verkosto. (Helminen 2006, 28.)

### 2.1 Yksinhuoltajuus tilastoissa

Vuosittain Suomessa tapahtuu 13 000–14 000 avioeroa. Avioerojen määrän lisääntyminen on yleisin syy yksinhuoltajien määrän kasvuun. Vuonna 1988 voimaan tullut laki helpotti avioeron saamista. Sitä ennen avioeroja oli vuosittain noin 10 000. (Haataja 2009, 49.) Vuonna 1950 kaikista lapsiperheistä



yksinhuoltajien määrä oli noin 14 prosenttia. Yhteensä yksinhuoltajia oli 80 000. Yksinhuoltajien suuri määrä selittyi sodan aikana leskeksi jääneillä. Yksinhuoltajien määrä väheni 1970-luvulle asti, josta lähtien yksinhuoltajien määrä kääntyi kasvuun. 1990-luvun alussa yksinhuoltajien määrän kasvu lisääntyi. Silloin yksinhuoltajia oli suhteellisesti yhtä paljon muihin lapsiperheisiin nähden kuin 1950-luvulla. 2000-luvulla osuus lapsiperheistä oli 20 prosenttia. Yleisesti lapsiperheiden määrän väheneminen nosti yksinhuoltajien osuutta vaikka 2000-luvulla yksinhuoltajien määrä tasaantui. (Haataja 2009, 52–53.) Vuonna 2013 yhden vanhemman perheitä oli 118 000 (Yhden vanhemman perheiden liitto 2013). Samana vuonna kaikista lapsiperheistä yhden vanhemman perheitä oli 20,6 prosenttia (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014).

Yksinhuoltaja on useimmiten nainen. Vuonna 2013 yksinhuoltajaisiä oli 16 000. Kaikista yksinhuoltajista isiä oli 13,6 prosenttia. (Yhden vanhemman perheiden liitto 2013.) Yksinhuoltajien määrän lisääntymisen myötä yhden vanhemman perheessä asuvien lasten määrä on kasvanut. Vuonna 2006 yhden huoltajan kanssa kaikista alle 18-vuotiaista lapsista asui 17 prosenttia. 16 vuotta aiemmin määrä oli noin 11 prosenttia. Lasten ikä vaikuttaa tilastojen mukaan yhden vanhemman perheissä asuvien lasten määrään. Alle vuoden ikäisistä lapsista noin 8 prosenttia asuu yhden vanhemman perheissä, kolmivuotiaana 13 prosenttia ja 7–17 vuotiaista melkein 20 prosenttia. Kaikista suomalaisista lapsista ainoastaan äidin kanssa asui 15 prosenttia ja isän kanssa 2 prosenttia vuonna 2006. (Haataja 2009, 53–54.)

## 2.2 Yksinhuoltajuus yhteiskunnassa

Yhden vanhemman perheet näkyvät vähän suomalaisessa perhe- ja sosiaalipolitiikassa (Forssén, Haataja & Hakovirta 2009, 17–18). Perhepolitiikalla pyritään tukemaan lapsiperheitä huolenpito- ja kasvatustehtävässä. Perhepoliittisten toimien tavoitteena on helpottaa perheiden arjen sujumista sekä perhe-elämän ja työn yhteensovittamista. Parhaimmillaan ne vaikuttavat perheiden elinoloihin ja auttavat ratkaisemaan arjen haasteita, ongelmia ja kriisejä. (Hämäläinen 2010, 227–232, 246.) Forssénin työryhmän (2009, 17–18)

mukaan yhteiskunnan tulisi tukea paremmin vanhempia, jotka eivät elä yhdessä, mutta jakavat hoito- ja kasvatustuon lapsesta. Perhepoliittisia etuuksia ja perhevapaita ei ole mahdollista jakaa vanhempien, jotka eivät elä yhdessä vaikka molemmat vanhemmat jakaisivat huoltajuuden lapsesta, kesken. Etuuksien jakaminen jää vanhempien sovittavaksi, koska etuudet saa vanhempi, jonka luona lapsi on kirjoilla.

Talous on usein haaste yhden vanhemman perheelle. Vanhemmuuteen ja perheessä vallitsevaan ilmapiiriin vaikuttavat perheen jatkuvat taloudelliset huolet. Niillä saattaa olla pitkäaikaisia vaikutuksia vanhempaan ja lapsiin. (Forssén ym. 2009, 17.) Suomen kansaneläkelaitos tarjoaa usein korotettuja tukia perheelle, jossa on yksi vanhempi. Yhden vanhemman perhe voi saada lapsilisän ja yksinhuoltajakorotuksen siihen, elatustukea ja yleistä asumistukea. Yksinhuoltajakorotuksen lapsilisään saa vaikka vanhemmilla olisi yhteishuoltajuus. Elatustukea voi saada, jos vanhempi ei saa elatusapua tai se on matala. Yhden vanhemman perhe voi saada yleistä asumistukea, jos tulot ovat pienet. (Kela 2012.)

Kansaneläkelaitos maksaa vanhemmille lapsilisää alle 17-vuotiaista lapsista, jotka asuvat Suomessa. Lisä maksetaan vanhemmalle, jonka luona lapsi asuu. (Kela 2014a.) Lapsilisään tulee korotus lapsiluvun kasvaessa. Lapset, joilla on oikeus lapsilisään, vaikuttavat korotuksen suuruuteen. Korotukset lapsilisään lasketaan vain, kun kaikki lapsilisät myönnetään samalle vanhemmalle. Jos vanhempi ei ole avo- tai avioliitossa hän saa korotettua lapsilisää. Yhden vanhemman perheet voivat hakea korotettua lapsilisää. Sitä saa jokaisesta lapsilisään oikeutetusta yksinhuoltajaperheessä olevasta lapsesta. (Kela 2014b.)

Lapsella on oikeus saada elatusapua vanhemmalta, joka ei asu lapsen kanssa. Vanhempien vastuulla on sopia elatusavusta ja sen määrästä. Vanhemmat voivat sopia elatusavusta vapaamuotoisesti, mutta Kelan elatustuen saaminen edellyttää sosiaalihuollon tai tuomioistuimen vahvistaman sopimuksen. Kela voi maksaa yhden vanhemman perheelle elatustukea, jos elatusapu jää liian pieneksi tai taloudellisen tilanteen vuoksi, kun elatusvelvollinen ei pysty sitä

maksamaan. Kunnan sosiaalihuollon vahvistamalla sopimuksella vanhemmat sopivat elatusavusta. Sen tekee yleensä lastenvalvoja. Tilanteessa, jossa vanhemmat eivät pääse sopuun elatusavusta, tuomioistuin vahvistaa avun määrän. Kelan elatustukea voi saada myös tilanteessa, jossa lapsi on syntynyt avioliiton ulkopuolella ja isyyttä ei ole vahvistettu tai lapsi on adoptoitu ilman toista kumppania. (Kela 2013a.)

Yksinhuoltajaperhe voi saada Kelalta yleistä asumistukea ruokakunnalle asumismenojensa vähentämiseksi. Ruokakunnan muodostavat asunnossa asuvat henkilöt. Asumistuen määräytymiseen vaikuttavat ruokakunnan henkilöluku, asunnon pinta-ala, sijaintikunta, valmistumisvuosi, lämmitysjärjestelmä, bruttokuukausitulojen yhteismäärä ja omaisuus. Yleinen asumistuki myönnetään vuodeksi kerrallaan. (Kela 2013b.)

### 2.3 Eron vaikutus perheeseen

Avo- tai avioero on suuri muutos perheelle ja koskettaa jokaista perheessä. Ero voi olla sopuisa ja molempien osapuolten kannattama, mutta siihen liittyy monia haasteita. (Airio 2010, 196.) Se vaikuttaa ihmiseen monella tavalla. Erotilanteeseen liittyy useita tekijöitä kuten juridinen, taloudellinen, fyysinen, henkinen ja sosiaalinen taso. Vanhempien tulee sopia monista virallisista asioista kuten lapsiin liittyvistä huoltajuuskysymyksistä. Perheen yhteisen talouden jakaantuessa kahdeksi taloudeksi osapuolien taloudellinen asema muuttuu. Eron fyysinen taso näkyy sekä vanhemmille että koko perheelle. Fyysisesti perhe hajoaa eri osoitteisiin. Vanhempien välinen tunnesidos muuttuu, ja heidän välinen fyysinen suhteensa päättyy. Aikaisemmin perheessä olleet perheroolit muuttuvat vaikka äitiys ja isyys jatkuvat. Vanhempien sosiaalisessa verkostossa voi tapahtua muutoksia eron myötä. Parin yhteiset ystävät ja tuttavat voivat etäännyä toisesta vanhemmasta eron jälkeen. Vanhempien tulisi eron aikana tukea lasta ja huomioida hänen tarpeensa. Tärkeää on, että vanhemmat toimivat tilanteessa yhdessä lapsen parhaaksi, vaikka henkilökohtaisella tasolla vanhempien olisi vaikeaa toimia yhdessä. (Juusola 2008, 15–18.)

Erotilanteessa tärkeää on kiinnittää huomiota lapseen ja huomioida, miten ero vaikuttaa häneen (Airio 2010, 196). Lapseen ja hänen elämäntilanteeseensa vaikuttavat vanhempien eron lisäksi samaan aikaan myös muut tekijät kuten koulu, sosiaaliset suhteet ja ympäristö. Eron aiheuttamat muutokset lapsille ovat monitasoisia. Lapsi ymmärtää ja kokee vanhempien eron eri tavalla kuin aikuiset. Hän saattaa kokea menettävänsä tilanteessa enemmän kuin voi saavuttaa. Lapsi voi tuntea epävarmuutta, koska ei tiedä, mitä tulee tapahtumaan. Lapsi kokee, ettei pysty vaikuttamaan tilanteeseen ja elämänhallinnan tunne häviää. Hän saattaa joutua osaksi vanhempien huoltajuuskiistoja. Vanhempien tulisi tukea lasta ottaen huomioon lapsen ikä ja kehitystaso. Ero vaikuttaa perhesuhteisiin ja toinen vanhemmista saattaa muuttua etäisemmäksi. Lapsen olisi tärkeää saada tukea molemmilta vanhemmilta asumisjärjestelyistä huolimatta. Vanhempien ero ja siitä johtuva tilanne perheessä heijastuvat moniin asioihin lapsen elämässä muun muassa lapsen koulunkäyntiin ja itsetuntoon. Usein tilanteet ovat väliaikaisia ja korjaantuvat, kun arjessa tavoitetaan riittävä turvallisuuden taso. (Juusola 2008, 18–22.)

## 2.4 Lapsi yhden vanhemman perheessä

Lapsuus on yksi ihmisen elämänvaiheista. Lapsen perhe, läheiset ja ympäristö vaikuttavat lapseen monella tavalla. (Vilén ym. 2006, 65–66.) Lasten hyvinvointia ja terveyttä tarkasteltaessa tulee ottaa huomioon fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen ulottuvuus. Suomessa lapsiperheitä tukevat ja auttavat moniammatillinen sosiaali- ja terveysalan palveluverkosto. Siihen kuuluvat muun muassa äitiys- ja lastenneuvolat, perhekeskukset, päivähoito, koulut, kirkon lapsi-, nuoriso- ja diakonityö sekä kolmannen sektorin palvelut. Ne huomioivat kulttuurillisen, henkisen ja sosiaalisen pääoman saamisen. (Helminen 2006, 28–29.)

Perheet ja lasten elinympäristö muuttuvat koko ajan. Lapsuuden yksinäistyminen lisääntyy perheiden hajotessa ja sukulaisverkostojen pienentyessä. Tällöin myös perheen kyky selviytyä oman verkoston avulla heikkenee. Lapset viettävät suuren osan lapsuudesta päiväkodissa ja koulussa ammattikasvattajien kanssa

suurissa ryhmissä, jolloin aikuiskontaktien määrä vähenee. Osassa perheistä vanhempien mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat lisääntyneet. Nämä ongelmat heijastuvat koko perheen hyvinvointiin ja terveyteen. (Vilén ym. 2006, 65–66.)

1990-luvun alun jälkeen perheiden tuloerot ovat kasvaneet Suomessa. Tuloerojen kasvuun on vaikuttanut erityisesti ne, jotka tienaa muita enemmän, mutta myös suhteellinen tuloköyhyys on kasvanut. Lapsiköyhyys on myös lisääntynyt. Lapsiköyhyys tarkoittaa sitä, että lapsi on köyhä, koska asuu pienituloisessa perheessä joko vanhempien tai vanhemman kanssa. Riskitekijöitä lapsiköyhyyteen ovat vanhempien vähäinen koulutus, työvoiman ulkopuolella olo, perherakenne ja yksinhuoltajuus. Suomessa lasten köyhyysriski on kaksi kertaa suurempi yhden vanhemman perheessä keskimääräiseen köyhyysriskiin verrattuna. Lapsiköyhyys tuo haasteita lapselle ja perheelle. Sosioekonominen asema ja tulot voivat periytyä sukupolvien yli ja eriarvoistaa perheitä. (Jäntti 2010, 62–63, 69–73.) Köyhyys saattaa vähentää lapsiperheiden koettua hyvinvointia sekä lisätä fyysistä ja henkistä väsymystä ja pahaa oloa. Köyhyys vaikuttaa sekä perheeseen yhteisönä että perheenjäseniin yksilöinä. (Vuori & Åstedt-Kurki 2013, 29–32.) Perheen taloustilanteen muuttuessa eron myötä lapsi saattaa joutua luopumaan harrastuksistaan tai muista itselleen tärkeistä asioista. Lapsi saattaa kokea vihan tunteita ja epäoikeudenmukaisuutta tilanteessa. (Juusola 2008, 19–20.) Lapsiperheiden taloudellista eriarvoisuutta voidaan pyrkiä korjaamaan tulonsiirroin (Helminen 2006, 28).

## 2.5 Perhetyö

Perhetyötä tekevät sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset monissa eri työympäristöissä. Se on perhettä tukevaa ja auttavaa työtä, joka alkaa hahmottamalla, keitä perheeseen kuuluu. Perhelähtöisyys on työn lähtökohta. Se tarkoittaa sitä, että perhe huomioidaan kaikessa toiminnassa. (Vilén ym. 2006, 70.) Työntekijöiden verkosto perhetyössä on moniammatillinen, ja kunnallisten toimijoiden lisäksi tärkeässä roolissa ovat esimerkiksi kansalaisjärjestöt (Pietilä-Hella 2006, 65). Myös seurakunnat tekevät perhe-

työtä. Lapsiperheitä palveleva toiminta evankelis-luterilaisen kirkon seurakunnissa on lisääntynyt. Esimerkkinä tästä päiväkerhotoiminta, joka tavoitti vuonna 2005 kaikista 3–5-vuotiaista 39,4 prosenttia. Seurakunnat tekevät yhteistyötä varhaiskasvatuksen, terveystoimen ja sosiaalitoimen kanssa. (Jääskeläinen 2006, 93.)

Perhetyön lähtökohtana ovat lasten ja vanhempien tarpeet. Niiden pohjalta alkaa perhetyön suunnittelu. Sen tarkoitus on, että perhe kokee voimavarojensa lisääntyneen ja perheen vaikeudet helpottavat tai perhe oppii elämään niiden kanssa. (Vilén ym. 2006, 70–73.) Tavoitteena perhetyössä voi olla myös lisätä perheiden sosiaalisia verkostoja ja vertaistoimintaa (Pietilä-Hella 2006, 65). Tärkeää on, että perhe saa kokea vaikuttavansa omiin asioihinsa ja heidän asiantuntijuuttaan kuullaan. Yhteistyö perheen ja työntekijän välillä on vallan ja vastuun jakamista, jossa etsitään yhdessä ratkaisuja perheen haasteisiin. Yhteistyö vaatii molemminpuolista luottamusta. (Vilén ym. 2006, 70–73.)

Lastensuojelu on yksi perhettä tukeva sosiaalityön työmuoto. Sen ydinajatus on turvata lapsen kehitystä ja terveyttä sekä poistaa niitä uhkaavat tekijät. Toiminta lastensuojelussa perustuu lapsikeskeisyyteen ja perhelähtöisyyteen. Lastensuojelun tarve voi johtua monista eri syistä, mukaan lukien muuttuneet perhesuhteet. (Bardy 2009, 41.) Lastensuojelun parissa perheille tarjotaan useita palveluita, jotka perustuvat lapsi- ja perhekohtaiseen prosessiin. Lastensuojelu voi toteutua avohuollossa tai kotiin vietävänä perhetyönä. Lapsen arki voidaan myös päätyä järjestämään kodin ulkopuolella, mikäli turvallinen kehitys ei muuten mahdollistu. (Heino 2009, 73.)

### 3 TERVEYDEN EDISTÄMINEN

Terveiden käsitettä voidaan lähestyä eri näkökulmista, jolloin sille muodostuu eri merkityksiä. Lääketieteelliseltä kannalta kyse on sairauden puuttumisesta, yhteiskunnallinen näkökulma korostaa tasa-arvoa ja elämänlaatua, kun taas sosiologinen lähestymistapa painottaa kykyä selviytyä erilaisista sosiaalisista rooleista. (Iivanainen, Jauhiainen & Pikkarainen 2006, 49.) Terveiden voidaan myös ajatella olevan objektiivista tai subjektiivista. Objektiivisesti ajateltuna mitattavat arvot voivat viestiä sairaudesta, mutta subjektiivisesti, eli kokemuksellisesti, ihminen voi kokea olevansa terve. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 9.)

Maailman terveysjärjestö, World Health Organisation, määrittää terveyden olevan täydellinen psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila. Määritelmää on kritisoitu saavuttamattomuudesta ja terveyden kolmijakoisuudesta. Muutosehdotuksina siihen on lisätty esimerkiksi dynaamisuus eli muuttuvuus ja spirituaalisuus. (Vertio 2003, 26–27.)

Iivanaisen työryhmän (2006, 49) mukaan hyvinvoinnista puhuttaessa terveyttä tarkastellaan mahdollisimman laaja-alaisesti. Diakoniatyössä ihminen nähdään kokonaisvaltaisesti (Hakala 2002, 234). Ihminen kohdataan tasavertaisena Jumalan kuvana ja häntä autetaan fyysisenä, psyykkisenä, sosiaalisena ja hengellisenä yksilönä. Tällöin terveyteen liittyvien asioiden lisäksi oleellisia osa-alueita ovat sosiaaliset suhteet, taloudellinen toimeentulo ja hengelliset kysymykset. (Myllylä 2004, 36.) Tässä työssä terveyden edistämistä käsitellään yhden vanhemman perheiden hyvinvoinnin kannalta.

Terveiden edistäminen on toimintaa, jolla parannetaan mahdollisuuksia ja edellytyksiä terveydestä huolehtimiseen. Yksilön terveyden lisäksi on kysymys mahdollisuudesta vaikuttaa omaan sosiaaliseen ja fyysiseen ympäristöönsä. Terveyttä käsitellään siis samaan aikaan sekä yksilön että yhteisön näkökulmasta. (Vertio 2003, 29.) Laverackin (2004, 10) mukaan terveyden edistämisen tärkeä osa-alue on terveystkasvatus. Terveystkasvatuksen tavoitteena on informoida ihmisiä terveyttä koskeissa asioissa ja vaikuttaa päätöksentekoon.

Terveyden edistämisen avulla voidaan luoda mahdollisuuksia terveydestä huolehtimiseen laajemmassa mittakaavassa, esimerkiksi työpaikoilla ja asuinkunnissa, vaikuttamalla poliittiseen päätöksentekoon ja yhteisöjen kehittämiseen. Laverack kuvaa terveyden edistämisen ja terveystasvatuksen toisiaan täydentävinä tekijöinä. Terveyden edistäminen mahdollistaa olosuhteet, joissa ihmiset voivat tehdä terveyttä edistäviä tai parantavia päätöksiä ja elämänvalintoja.

Vuonna 1986 Maailman terveystjärjestön Ottawassa järjestämän konferenssin tuloksena syntyneessä asiakirjassa terveyttä edistävä toiminta on jaettu viideksi kokonaisuudeksi. Näitä ovat terveellisen yhteiskuntapolitiikan kehittäminen, terveellisemmän ympäristön aikaansaaminen, yhteisöjen toiminnan tehostaminen, henkilökohtaisten taitojen kehittäminen ja terveystpalvelujen uudelleensuuntaaminen. (Vertio 2003, 29–31.)

### 3.1 Terveyden edistäminen Suomessa

Suomessa terveyden edistäminen perustuu terveydenhuoltolakiin (2010/1326), jonka tarkoituksena on muun muassa edistää ja ylläpitää väestön terveyttä, hyvinvointia, työ- ja toimintakykyä sekä sosiaalista turvallisuutta. Lisäksi sen avulla pyritään kaventamaan väestöryhmien välisiä terveyseroja ja yhdenmukaistaa palvelujen saatavuutta. Lakiin sisältyy velvoite terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen alueellisista strategioista, jotka sairaanhoitopiiriin on valmisteltava yhteistyössä kuntien kanssa.

Vuodesta 2001 vuoteen 2015 Suomen terveystpolitiikkaa ohjaa Terveyst 2015 -kansanterveysohjelma, jonka pääpaino on terveyden edistämisessä. Ohjelmassa on kahdeksan tavoitetta: viisi eri ikäryhmiä koskevia ja kolme kaikille yhteistä. Ikäryhmien tavoitteissa on keskitytty ajankohtaisiin ongelmakohtiin, kuten lasten turvattomuuteen, nuorten päihteiden käyttöön ja työikäisten toimintakyvyn paranemiseen. Kaikille yhteiset tavoitteet tähtäävät pidempään elinikään ja eriarvoisuuden vähenemiseen. Ohjelmassa painotetaan kuntien,



terveydenhuollon, kansalaisjärjestöjen ja yksittäisen ihmisen roolia terveyden edistämisessä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2001, 3–33.)

### 3.2 Terveysten edistäminen diakoniatyössä

Terveystenhuollon ammattihenkilön ominaisuudessa diakonissa edistää yksilöiden ja yhteisöjen terveyttä kokonaisvaltaisesti, vahvistaa toivoa, voimavaroja ja omatoimista selviytymistä. Diakonissa on diakoniatyön ja diakonisen hoitotyön ammattilainen. Koulutus antaa pätevyyden sairaanhoitajana toimimiseen sekä Suomen evankelis-luterilaisen kirkon diakonian virkaan. Työtä ohjaavia arvoja ovat kristillinen ihmiskäsitys ja lähimmäisenrakkaus. Kirkon työntekijänä diakonissa tukee yksilöitä ja perheitä eri elämäntilanteissa ja toimii seurakunnan edustajana yhteistyössä sosiaali- ja terveydenhuollon kanssa. (Kotisalo & Rättyä 2014, 15.)

Diakonissat voivat hyödyntää hoitotyön osaamista seurakuntatyössä muun muassa tarkkailemalla asiakkaan fyysistä ja psyykkistä vointia ja tekemällä terveyteen liittyviä kysymyksiä. Työssä korostuvia asioita ovat myös ohjaus hoitoon hakeutumisessa ja tieto eri sairauksien oireista ja hoidoista. Hoitotoimenpiteet diakoniatyössä ovat vähentyneet. Keskeisiä ovat henkinen tuki ja terveyteen liittyvä ohjaus. (Kotisalo & Rättyä 2014, 17–18.)

Kiiski kartoittaa vuoden 2013 diakoniabarometrissä diakonian viranhaltijoiden työn sisältöä. Terveysten edistäminen sijoittuu barometrissä Diakonian muut työalueet -kaavioon. Vastaajista 5,8 prosenttia kokee sen ilmenevän työssään paljon, 22,5 prosenttia melko paljon, 44,8 prosenttia jossain määrin, 24,4 prosenttia vähän ja 2,6 prosenttia ei lainkaan. Sielunhoito, mielenterveystyö ja kriisityö näyttävät yleisimpinä diakoniatyön osa-alueina. (Kiiski 2013, 21–24.) Edellä mainitut diakoniatyön yleisimpiin osa-alueisiin kuuluvat työn alueet sisältävät ihmisen hyvinvointiin keskeisesti liittyviä tekijöitä. Terveysten edistäminen nivoutuu luonnollisena osana esimerkiksi kriisityöhön ja sielunhoitoon. Kotisalon ja Rättyän (2014, 18) mukaan terveyden edistämisen näkökulmaa on käytetty diakoniatyössä puutteellisesti, vaikka oleellista olisi tunnistaa sen mahdollisuudet ja toimia terveyttä edistäen sitä vaativissa tilanteissa.

### 3.3 Vertaistuki, voimaantuminen ja ryhmätoiminta

Vertaistuki on vastavuoroista sosiaalista auttamista, jossa vaihdetaan kokemuksia ja tietoja samankaltaisissa haastavissa elämäntilanteissa tai kriiseissä olevien ihmisten kesken. Se on ihmisten välinen tasavertainen suhde, ei asiakkuus. Ihmisellä on samaan aikaan tuen saajan ja antajan roolit. (Huuskonen i.a.) Vertaisuus taas muodostuu ihmisten kesken yhdistävän asian tai elämäntilanteen kautta. Kuitenkaan vertaisuudessa ei tarvitse olla kriisiä tai ongelmaa. (Jantunen 2010, 86–87.)

Vertaistuen tarkoituksena on tukea ja auttaa ihmistä. Ihmisen omaa asiantuntijuutta korostetaan vertaistuessa. Vertaistukea järjestävät erilaiset kolmannen sektorin toimijat: yhteisöt ja järjestöt. Se voi olla myös kansalaislähtöistä toimintaa ilman taustayhteisöä. Vertaistukea toteutetaan muun muassa kahdenkeskissä tapaamisissa, keskusteluryhmissä ja erilaisissa kohtaamispaikoissa. Vertaistuki ei ole ammattiapua, mutta on olemassa myös ammatillisesti ohjattuja vertaistukiryhmiä. Ihminen saa vertaistuesta kokemuksen, ettei ole yksin tilanteessa. Kuitenkin jokainen ihminen ja tilanne ovat ainutkertaisia, joten jokaisella on oma tarinansa ja tilanteensa. Vertaistuen kautta ihminen voi saada uusia näkökulmia ja perspektiiviä sekä käytännöllistä apua tilanteeseen. Vertaistuki johtaa parhaimmillaan ihmisen voimaantumiseen. (Huuskonen i.a.) Yhden Vanhemman Perheiden Liitto Ry tarjoaa jäsenyhdistysten kautta yhden vanhemman perheille vertaistukea erilaisin muodoin sekä lapsille että aikuisille (Yhden vanhemman perheiden liitto i.a.).

Empowerment on termi, joka voidaan suomentaa kahdella tavalla: voima ja voimaantuminen tai valta ja valtaistuminen. Kummallakin termillä tarkoitetaan henkilön ajatusmaailman muuttumista sellaiseksi, että hän kokee itsensä kyvykkääksi. Voimaantumisella ja valtaistumisella on termeinä painotusero. Voimaantuminen kertoo enemmän sisäisestä voimantunteesta, valtaistuminen taas vallantunteesta elämässä: henkilöllä on valta vaikuttaa elämäänsä. (Kuokkanen 2003, 25; Siitonen 1999, 83.) Voimaantuminen on suomenkielessä

vakiintuneempi käsite. Toinen ihminen ei voi antaa voimaa toiselle. Toista ei siis voi "voimaannuttaa", vaan voimaantuminen on yksilön sisäinen prosessi. Voimaantumisessa keskeistä on havahtuminen. Se voi olla esimerkiksi pysähtymistä ja asioiden syvällistä pohtimista. (Mattila 2008, 15–17.)

Yhteisöllisyys on ihmiselle luonnollista. Ihmisellä on perusolemuksessaan tarve liittyä toisiin ja olla osa yhteisöä. Vaikka yksilö yrittäisi pärjätä omillaan ilman toisia ihmisiä, hänellä olisi silti kaipaus yhteisöön. Yhteisöllisyys on laadukkaan elämän peruselementti, josta myös hyvinvointivaltio rakentuu. (Thitz 2006, 93–94.) Yksilöt muodostavat yhteisön. Esimerkiksi perhe, tietyn alueen asukkaat ja seurakunta ovat yhteisöjä. Toiset yhteisöt ovat avoimia ja toiset suljettuja. Avoimiin yhteisöihin voi tulla kuka tahansa, suljettuihin liittyminen on monimutkaisempaa tai uusien jäsenien liittyminen on mahdotonta. (Stakes 2000, 1.)

Yhteiskunta pitää yhteisönä huolta jäsenistään. Se ei ole kuitenkaan aina onnistunut tehtävässään. Seurakunnan diakoniatyön tehtäväksi on muodostunut yhteiskunnan turvaverkkojen läpi pudonneista huolehtiminen. Yhteisöllisyys on ollut tunnusomaista jo alkuseurakunnalle, joten on luonnollista, että kirkko vahvistaa yhteisöllisyyttä yhteiskunnassa myös nykyaikana. (Thitz 2006, 94–95.) Myös Meidän Kirkko 2015 -strategiassa (2007) Suomen evankelis-luterilainen kirkko tähtää yhteisöllisyyteen. Strategiassa tavoitteeksi mainitaan muun muassa heikoimmista huolehtiminen ja jäsenten laadukas tavoittaminen. Tavoitteena on, että seurakuntalainen kokee kirkon jäsenyyden merkitykselliseksi.

Seurakunnan ja erityisesti diakoniatyön yksi tärkeimpiä työmuotoja on ryhmätyö. Seurakunnat ovat jo pitkään järjestäneet toimintaa erilaisille ryhmille. (Thitz 2006, 98.) Ryhmä voimistaa kokemusta toiminnasta. Se voi olla toiminnan mielekkyyttä lisäävä tekijä, mutta esimerkiksi kiusatuksi joutuminen tekee toimimisesta epämieluisia. (Kopakkala 2005, 43.) Ryhmässä opetellaan uusia taitoja ja yhteistyötä muiden kanssa. Lapsi saa ryhmässä tukea muilta lapsilta ja työntekijöiltä. Hän kokee olevansa osa ryhmää ja oppii, ketkä ryhmään kuuluvat. (Vilén ym. 2006, 462–463.) Lasten parissa tehtävään työhön kuuluvat toiminnalliset menetelmät. Vilénin työryhmän (2006, 473–478) mukaan kaikki

lapsen tekeminen on toimintaa. Toiminnallisia menetelmiä ovat muun muassa leikki, musiikki, liikunta ja kädentaidot. Esimerkiksi leikissä lapsi kokee erilaisia tunteita ja käyttää luovuuttaan. Leikin kautta lapsi voi oppia erilaisia asioita. Lapsille leikki on myös suhtautumistapa todellisuuteen. Siinä voidaan tehdä asioita, jotka eivät ole todellisia. Tämän kautta lapsi liittyy luovasti kokemuksiinsa ja havaintojaan ympäristöstään itseensä. Kaikkeen tähän liittyvät itse toiminta, tieto, taito ja tunteet. (Vilén ym. 2006, 473–478.) Elämyspedagogiikka, eli seikkailutoiminta, on epätavallisissa olosuhteissa tapahtuvaa toiminnallisia menetelmiä käyttävää toimintaa. Se on suunnattu usein erityistä tukea tarvitseville nuorille. Elämyspedagogiikan tavoitteena on tukea nuoren itsetuntoa uusien, hyvien, kokemusten avulla. Seikkailutoimintaa voi olla esimerkiksi metsäretki tai seikkailurata. Seikkailutoimintaa ohjaavan aikuisen on neuvottava ryhmää ja valvottava turvallisuutta. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 432–434.)

### 3.4 Aarrekartta-työtapa voimaantumisen välineenä

Aarrekartta on FM Kristiina Harjun kehittämä työtapa (Komi 2012, 34–37). Aarrekartasta ei ole olemassa tutkittua tietoa, joten se ei ole näyttöön perustuva työtapa. Koimme kuitenkin, että se voisi tukea yksinhuoltajien voimaantumista. Työtavasta on ollut opetusta diakoniatyön teoriaopinnoissa ja olemme huomanneet sitä käytettävän seurakunnissa aiemmin. Tästä syystä päätimme toteuttaa aarrekartta-työskentelyä leirillä.

Aarrekartta on työtapa, jonka avulla hahmotetaan omia unelmia. Sen perusajatuksena on, että ihminen suuntaa elämäänsä valitsemaansa suuntaan. Harju kertoo kirjassaan esimerkin: Jos häneltä kysytään arki-iltana, missä hän on seuraavana päivänä klo 9, hän tietää tarkkaan olinpaikkansa. Seuraavan aamun toiminta toteutuu, sillä hän toimii suunnitelmansa mukaisesti. Hän on ikään kuin ohjelmoinut itsensä olemaan toimistollaan klo 9. Suunnitelman toteutumiseksi on tehtävä valmisteluja: aikaisin nukkumaanmeno ja herääminen ajallaan. Ajatusta voidaan laajentaa myös suurempaan mittakaavaan elämässä.

Kun yksilö uskoo unelmansa toteutumiseen, hän toimii siten, että unelman toteutuminen mahdollistuu. (Harju 1999, 13–15.)

Unelmoiminen on ihmiselle luonnollista. Se on tietoisien ja alitajuisen mielen yhteistoimintaa. Unelmat ovat merkki terveydestä, sillä psyykkisesti terve ihminen uskoo, että elämää on odotettavissa myös tulevaisuudessa ja kokee olevansa osa sitä. (Harju 1999, 16–17.) Punkasen (2004, 10) mukaan toivo liittyy oleellisenä osana mielenterveyteen. Hänen mukaansa toivoon liittyy usko tulevaisuuteen ja omiin mahdollisuuksiin. Aarrekartta-työtapa tukee unelmointia ja uskoa tulevaisuuteen. Kun tietää, mitä haluaa, on helpompi suunnata unelmiin kohti. (Komi 2012, 34–37.) Aarrekartta-työtapaa voidaan käyttää sielunhoidossa voimaantumisen välineenä (Kiiski 2009, 213–214).

Aarrekarttatyöskentelyssä tärkeintä on etsiä vastausta siihen, millaista elämä on, kun unelmat ovat toteutuneet. Sillä, miten unelmia kuvaa, ei ole väliä. Tärkeintä on, että aarrekartan tekijä itse ymmärtää, millaisesta unelmasta on kyse. Yksilön on saatava unelmastaan selkeä ja tarkka kuva. (Harju 1999, 65; Komi 2012, 34–37.) Sillä, ymmärtääkö ulkopuolinen katsoja aarrekarttaa, ei ole merkitystä (Kiiski 2009, 213). Aarrekarttatyöskentely on yksilöllinen prosessi, jonka etenemiseen eivät saa vaikuttaa ulkopuoliset. Työskentely kannattaa kuitenkin aloittaa yhdessä, sillä ryhmän tuki auttaa motivoitumaan. (Harju 1999, 84.)

Aarrekartta voi olla visuaalinen, auditiivinen tai kinesteettinen tekijänsä mieltymyksen mukaan (Harju 1999, 69–72). Visuaalinen, eli kuvallinen, aarrekartta kootaan paperille tai kartongille. Siihen leikataan ja liimataan lehdistä kuvia, jotka kuvaavat unelmia. Kuvat voivat kertoa unelmista konkreettisesti tai symbolisesti. (Komi 2012, 34–37.) Esimerkiksi aarrekartassa oleva kuva hymyilevästä ihmisestä voi kuvata onnen saavuttamista tekijänsä elämässä (Harju 1999, 70–71). Auditiivinen eli äänellinen ja sanallinen, aarrekartta kirjoitetaan paperille. Se tehdään kuin kirjeenä itselle tulevaisuudesta tähän hetkeen. Sanallisen aarrekartan sanavalinnoilla on merkitystä. Unelmat kuvaillaan kokonaisilla, myönteisillä lauseilla. Ei-sanaa ei siis käytetä, vaan kuvataan sitä, mitä unelman toteutuessa on. "Jos" korvataan sanalla "kun". Auditiivisessa aarrekartassa voisi lukea esimerkiksi: "Kun unelmani on totta, minulla on uusi

työ, josta pidän." Ne henkilöt, joihin musiikilla on suuri vaikutus, voivat soittaa musiikkia, joka kuvaa elämää unelmien toteuduttua. (Harju 1999, 66 & 71–72.) Tuntemuksellinen eli kinesteettinen, aarrekartta on toiselta nimeltään unelma-ankkuri. Se sopii sellaisille, jotka hahmottavat ja muistavat asioita muiden kuin kuulo- ja näköaistien avulla. Unelmat ankkuroidaan omaan kehoon koskettamalla ihoa. Samaan aikaan keskitytään luomaan mahdollisimman tarkka kuva siitä, millaista on, kun unelma on toteutunut. (Harju 1999, 73–77.)

Kun aarrekartta on valmis, se laitetaan esille sellaiseen paikkaan, josta sen näkee useasti päivässä. Aarrekarttaan on tarkoitus palata usein. Tällöin unelmat pysyvät kirkkaina mielessä ja ohjaavat toimimaan niitä kohti. Aarrekarttaan merkitään päivämäärä, johon mennessä unelmien toteutuminen tarkastetaan. Tarkoituksena on, että unelmat olisivat toteutuneet siihen mennessä. Ensimmäisen aarrekartan prosessoinnille kaksi kuukautta on yleensä sopiva aika. Sen kuluessa unelmat eivät ehdi unohtua. Tarkistuspäivänä aarrekartan tekijä käy tarkkaan läpi, toteutuivatko unelmat. Mikäli näin ei tapahtunut, hänen on mietittävä syytä siihen. (Harju 1999, 83–86.) Kaikkia unelmia ei voi saavuttaa. Toteutumaton unelma ei ole merkki epäonnistumisesta, vaan kasvattava kokemus. Se auttaa ymmärtämään elämän prioriteetteja ja hahmottamaan, mikä on kyseisellä hetkellä tavoittelemisen arvoista. (Kiiski 2009, 213.)

#### 4 DIAKONIA KIRKON TYÖALANA

Suomen evankelis-luterilainen kirkko on Suomen suurin kirkko. Siihen kuului vuoden 2012 lopussa 76,4 prosenttia suomalaisista. (Suomen ev.lut kirkko i.a. a.) Kirkko tarjoaa muun muassa rippikoulun, jumalanpalveluksia ja taloudellista tukea (Suomen ev.lut kirkko i.a.b). Yksi kirkon keskeisimmistä työaloista on diakoniatyö. Kirkkojärjestys (1991/1055) velvoittaa seurakuntaa huolehtimaan ihmisistä seuraavasti:

Seurakunnan ja sen jäsenten tulee harjoittaa diakoniaa, jonka tarkoituksena on kristilliseen rakkauteen perustuva avun antaminen erityisesti niille, joiden hätä on suurin ja joita ei muulla tavoin auteta.

Diakoniatyön osaamista määrittävät diakoniatyöntekijöiden ydinosaamisalueet: hengellisen työn osaaminen, diakonisen asiakastyön osaaminen, organisaatio- ja kehittämisosaaminen sekä yhteisöllinen ja yhteiskunnallinen osaaminen (Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2010).

Sana diakonia on kreikkaa ja sillä on tarkoitettu Raamatussa avustusten ja Jumalan sanan jakamista. Kristinuskon levitessä apostoleille tuli ongelma siitä, miten he kykenevät jakamaan Jumalan sanaa ja auttamaan seurakunnan köyhiä yhtäaikaaisesti kumpaankin työhön panostaen. He ratkaisivat ongelman valitsemalla seitsemän hyvämaineista, Hengen ja viisauden täyttämää miestä, jotka huolehtivat köyhistä. Heitä voidaan nimittää ensimmäisiksi diakoniatyöntekijöiksi. (Veijola 2002, 13.)

Diakoniabarometrissa eritellään diakoniatyön muotoja. Tutkimuksen mukaan diakoniatyöntekijät tekevät eniten taloudellista avustamista, diakonista vanhustyötä, sielunhoitoa ja kotikäyntityötä. Myös ruoka-avustaminen on keskeinen osa diakoniatyötä. Diakoninen perhetyö on yksi diakoniatyön osa-alueista. 12,6 prosenttia barometriin vastanneista kertoo tekevänsä sitä paljon ja 31,9 prosenttia jonkin verran. (Kiiski 2014, 23–24.) Perhediakonia antaa tukea kasvatustyöhön ja perhe-elämään. Perheet kaipaavat apua myös

elämänmuutoksien vuoksi. Lisäksi kriisit, kuten kuolema, työttömyys ja sairaudet, synnyttävät perheissä avuntarpeen. (Jääskeläinen 2002, 194.)

Diakoniatyöntekijät toteuttavat erilaista toimintaa järjestämällä esimerkiksi ryhmiä, tapahtumia ja leirejä (Helin, Hiilamo & Jokela 2010, 50). Heidän apunaan on vapaaehtoisia ja isosia (Porkka 2004, 35–37). Diakoniatyöntekijöiden Liitto ry:n (2001) määrittelemät diakoniatyöntekijän eettiset ohjeet opastavat moraalisesti hyvää työtä. Ohjeiden mukaan diakoniatyöntekijän tulee jatkuvasti kehittää ammattitaitoaan. Diakoniatyö erottuu muusta seurakunnan toiminnasta kohderyhmänsä perusteella: Diakonia on työtä heikoimmassa asemassa olevien hyväksi (Kirkkojärjestys 1991/1055). Tällöin esimerkiksi järjestämämme yhden vanhemman perheiden leiri ei ole seurakunnan yleistä perhetyötä vaan diakoniaa, koska se on suunnattu vertaistukea tarvitseville yhden vanhemman perheille (Helin ym. 2010, 50).

Isostoiminta on rippikoulun ohella vakiintunut keskeiseksi seurakunnan nuorisotyön muodoksi. Isonen on rippikoulun käynyt nuori, joka on aktiivinen seurakuntalainen. Seurakunnasta riippuen isokset käyvät rippikoulun jälkeen 1–4-vuotisen koulutuksen ennen isosena toimimistaan. Rippikoulussa isosten tehtävä on olla työntekijöiden apuna ja leiriläisten hengellisen kasvun tukena. (Porkka 2004, 60, 70–72; Porkka 2012, 234.) Seurakunnan työntekijän tehtävä on ohjata isosta työssään. Leirin ohjaaja, esimerkiksi nuorisotyöntekijä, kertoo isosille heidän työtehtävänsä. Joissakin seurakunnissa leireillä on myös kokeneempi isonen tai apuohjaaja isosten työskentelyn tukena. Lähes kaikissa seurakunnissa isosten ja muiden työntekijöiden yhteiset palaverit ovat eniten käytettyjä ohjaustilanteita. Isostoiminta tukee nuoren hengellistä kasvua sekä isoskoulutuksessa että leireillä. (Porkka 2004, 106–113.)

Isokset toimivat yleisimmin rippikouluissa, mutta 2000-luvulla enenevässä määrin myös nuorisotyön ulkopuolisessa seurakunnan toiminnassa. Porkan (2004, 36) isostoimintaa kartoittavasta tutkimuksesta selviää, että seurakunnista 24 prosentissa ensimmäisen vuoden isonen pääsi diakonian leireille. Esimerkiksi mielenterveyskuntoutujien, työttömien ja vammaisten leireillä sekä perheleireillä isosen tehtävänä on ryhmänohjaus ja henkilökohtaisena avustajana oleminen.



Isosen tehtävän laajeneminen vaatii myös isoskoulutusta laajentumaan. Kuitenkin vain 8 prosentissa seurakunnista diakonian viranhaltija toimi isoskoulutuksen kouluttajana. (Porkka 2004, 36, 48 & 74–75; 2005, 84–85).

## 5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

Koska yksinhuoltajuus on yleistä ja yhden vanhemman perheiden elämissä on haasteita, halusimme opinnäytetyöllämme kehittää toimintaa heille. Opinnäytetyömme työelämän yhteistyötaho oli Ilmajoen seurakunta. Ilmajoen diakoniatyöntekijän ehdotuksesta kehitimme yksinhuoltajatyötä Ilmajoen seurakunnan diakoniatyön muotona. Suunnittelimme yhden vanhemman perheiden leirin ja toteutimme sen Ilmajoella 31.10.–1.11.2014.

### 5.1 Toimintaympäristö

Ilmajoki on 12 000 asukkaan kunta Etelä-Pohjanmaalla. Yksi Ilmajoen rajanaapureista on Seinäjoki. Ilmajokelaisista 0–14-vuotiaita on 19,9 prosenttia ja 15–64-vuotiaita 61,7 prosenttia. (Ilmajoen kunta 2014; Ilmajoen kunta i.a.) Vuonna 2013 Ilmajoen lapsiperheistä oli 13,8 prosenttia yhden vanhemman perheitä. Koko Suomessa vastaava luku oli 20,6 prosenttia. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014.) Etelä-Pohjanmaan alueella asuville on verkossa Kersanet-niminen palvelu, johon on koottu palveluita ja ohjeita lapsiperheille. Kersanetistä löytyy ohjeita esimerkiksi talouden hoitoon ja vertaistuen löytämiseen. Seinäjoella on useita paikkoja, joissa voi kohdata muita lapsiperheiden vanhempia, mutta Kersanetissä ei mainita Ilmajoella olevan sellaista paikkaa. (ELLA Etelä-Pohjanmaan lapsiperhepalvelut-kehittämishanke 2011–2013 i.a.)

Ilmajoen seurakuntaan kuuluu noin 11 000 seurakuntalaista, eli noin 91 prosenttia kuntalaisista. Ilmajoen seurakunta ei kuulu seurakuntayhtymään, mutta kuuluu Etelä-Pohjanmaan rovastikuntaan ja Lapuan hiippakuntaan. (Lapuan hiippakunta 2012–2014.) Ilmajoen seurakunta omistaa Ilmajoen Nopankylässä sijaitsevan Kalajaisten leirikeskuksen, jossa järjestimme leirin. Leirikeskuksessa on majoitustilat 40 henkilölle ja erilaisia luentotiloja, joissa voi järjestää ryhmätoimintaa. (Ilmajoen seurakunta i.a.) Ilmajoen seurakunta tukee yhden vanhemman perheitä yleisen perhetyön kautta. Yhden vanhemman perheitä on diakoniatyön asiakkaina, mutta heille ei ole kohdennettua toimintaa.



## 5.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyön tarkoituksena on suunnitella, toteuttaa ja kuvata yhden vanhemman perheiden leiri Ilmajoen seurakunnassa. Tavoitteenamme on kehittää Ilmajoen seurakunnan diakoniantyön yksinhuoltajatyötä. Yhden vanhemman perheiden leirin tavoitteena oli osallistujien virkistyminen ja voimaantuminen vertais-tuen kautta.

## 6 YHDEN VANHEMMAN PERHEIDEN LEIRI

Yhden vanhemman perheiden leirillä painotimme hyvinvointia edistäviä asioita. Esimerkiksi depressio ja stressi ovat yksinhuoltajille tyypillisiä mielenterveyden ja hyvinvoinnin ongelmia, joiden ehkäisyssä hyväksi havaittuja asioita ovat sosiaalinen tuki, elämän jaksottaminen, valo, liikunta ja ravinto. (Lönngqvist 2003, 127–130). Lapsille ja aikuisille suunniteltiin omaa ohjelmaa. Valmiit ruoat ja aikataulutettu päiväohjelma loivat olosuhteet, joissa perheet pääsivät virkistymään. Aarrekarttatyöskentelyn, vertaistuen ja yhdessäolon avulla leiriläisten oli mahdollista löytää uusia voimavaroja mahdollisesti haastavaan arkeen.

Lapsen asema yksinhuoltajaperheessä voi olla ongelmallinen. Perhetilanteen muutos voi aiheuttaa esimerkiksi koulun ja asuinpaikan vaihdoksia. Sosiaalisten piirien muuttuminen voi olla lapsille haasteellista ja stressaavaa. Myös ystävyys-suhteiden solmiminen voi olla hankalaa. Uusiin ihmisiin tutustuminen on tärkeä terveyttä edistävä näkökulma niin vanhempien kuin lastenkin kohdalla. (Väänänen 2013, 60.) Leirillä vertaistuki mahdollistui lapsille ja aikuisille ryhmätoiminnan kautta.

### 6.1 Leirin hengellinen teema

Larssonin (2009, 157–158) mukaan hartaus on parhaimmillaan ohjausta. Hengellisen ohjauksen tulee olla vastavuoroista kanssakäymistä, jossa ei ole auktoriteettiasemassa olevaa opettajaa ja opetettavaa, vaan tasavertaisessa suhteessa olevat kumppanit. Dialogisessa ohjauksessa sekä ohjattava että ohjaaja oppivat toisiltaan. Kun yksilöiden erilaiset ajattelutavat ja mielipiteet tuodaan esille, ne hyödyttävät kaikkia keskusteluun osallistujia. Ohjaajan tehtävä on tukea jokaista hartauteen osallistuvaa keskustelemaan ja jakamaan ajatuksiaan toisille.

Leirimme hengellisenä teemana ovat kolme Raamatun kohtaa. Herra on minun paimeni (Ps 23:1-6), Herran siunaus (4. Moos. 6:24–26) ja ihme-psalmi (Ps. 139:13–18.)

Herra on minun paimeneni, ei minulta mitään puutu. Hän vie minut vihreille niityille, hän johtaa minut vetten ääreen, siellä saan levätä. Hän virvoittaa minun sieluni, hän ohjaa minua oikeaa tietä nimensä kunnian tähden. Vaikka minä kulkisin pimeässä laaksossa, en pelkäisi mitään pahaa, sillä sinä olet minun kanssani. Sinä suojelet minua kädelläsi, johdatat paimensauvallasi. Sinä katat minulle pöydän vihollisteni silmien eteen. Sinä voitelet pääni tuoksuvalla öljyllä, ja minun maljani on ylitsevuotavainen. Sinun hyvyytesi ja rakkautesi ympäröi minut kaikkina elämäni päivinä, ja minä saan asua Herran huoneessa päivieni loppuun asti. Ps. 23:1-6

Herra siunatkoon teitä ja varjelkoon teitä. Herra kirkastakoon kasvonsa teille ja olkoon teille armollinen. Herra kääntäköön kasvonsa teidän puoleenne ja antakoon teille rauhan. Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen. Aamen. 4. Moos.6:24–26

Sinä olet luonut minut sisintäni myöten, äitini kohdussa olet minut punonut. Minä olen ihme, suuri ihme, ja kiitän sinua siitä. Ihmeellisiä ovat sinun tekosi, minä tiedän sen. Minä olen saanut hahmoni näkymättömissä, muotoni kuin syvällä maan alla, mutta sinulta ei pieninkään luuni ole salassa. Sinun silmäsi näkivät minut jo idulani, sinun kirjaasi on kaikki kirjoitettu. Ennen kuin olin elänyt päivääkään, olivat kaikki päiväni jo luodut. Kuinka yliveraisia ovatkaan sinun suunnitelmasi, Jumala, kuinka valtava onkaan niiden määrä! Jos yritän niitä laskea, niitä on enemmän kuin on hiekanjyviä. Minä lopetan, mutta tiedän: sinä olet kanssani. Ps. 139:12–18

Psalmien kirja on osa Raamatun Vanhaa Testamenttia. Se sisältää 150 tekstiä, jotka ovat runoja ja ylistyslauluja. Ne voidaan käsittää rukouksena, oman sisimmän purkamisena Jumalalle. Psalmien teksteissä ilmenee eri elämäntilanteisiin sopivia tunteita ja niiden sävy on usein lohduttava ja toivoa tuova. (Norvanto 2004, 9.)

Herran siunaus on neljännen Mooseksen kirjan kuudennessa luvussa. Se on osa evankelis-luterilaista jumalanpalvelusta. Tekstin tarkoitus jumalanpalveluksessa on toivottaa seurakunnalle siunaus. Siunauksen ihminen kokee yleensä positiivisesti latautuneena asiana, esimerkiksi rakkauden, luottamuksen ja läheisyyden tunteiden yhteydessä. Kristillisen opin mukaan siunausta on Jumalan läsnäolo kaikissa elämän vaiheissa, myös kärsimyksessä ja tuskassa. (Suomen ev.lut. kirkko i.a.c.)

Opinnäytetyön ja leirin hengelliseksi pohjaksi valitut tekstit ovat rohkaisevia ja positiivisia. Tekstejä yhdistävinä tekijöinä ovat jokaisen ihmisen arvokkuus ja ainutlaatuisuus, toisaalta myös yhdenvertaisuus Jumalan edessä. Leirin ohjelmaan kuuluvissa hartaushetkissä käsiteltiin näiden tekstien teemoja. Koimme tärkeäksi terveyden edistämisen ja voimaantumisen teemojen ohella korostaa hartautekstien kautta kaikkien osallistujien samanarvoisuutta ja erilaisten elämäntilanteiden ja -kohtaloiden hyväksymistä.

## 6.2 Leirin suunnittelu

Aloitimme opinnäytetyöprosessin elokuussa 2013. Päätimme tehdä toiminnallisen opinnäytetyön, jonka tarkoituksena olisi kehittää jonkin seurakunnan diakoniatyön toimintaa. Selvitimme kehittämistarpeita Ilmajoen seurakunnan diakoniatyöntekijältä. Hänen ehdotuksestaan Ilmajoen seurakunta päätyi opinnäytetyömme yhteistyötahoksi ja aiheeksi päätettiin yksinhuoltajatyön kehittäminen leirin muodossa. Leiri lisättiin seurakunnan budjettiin vuodelle 2014. Esitimme ideapaperin opinnäytetyöseminaarissa syyskuussa 2013.

Etsimme teoriatietoa ja kirjoitimme opinnäytetyön suunnitelmaa syksyllä 2013 ja keväällä 2014. Leirin teemaksi valitsimme arjen aarteiden etsimisen. Tarkoituksena olisi, että leiriläiset huomaavat arvokkaita ja tärkeitä asioita elämästään ja itsestään. Esitimme opinnäytetyön suunnitelman seminaarissa ja teimme kirjallisen sopimuksen opinnäyteyhteistyöstä Ilmajoen seurakunnan kirkkoherran kanssa. Saadaksemme laajempaa näkökulmaa aiheesta, lähetimme sähköpostia Seinäjoen seurakunnan diakoniatyöntekijälle, jonka vastuualueena on

yksinhuoltajatyö. Hän kertoi millaista toimintaa Seinäjoen seurakunta tarjoaa yksinhuoltajille. Seurakunta on järjestänyt yhden vanhemman perheille kerhoja ja erilaisia leirejä. Keväällä 2014 olimme seurakunnissa diakoniatyön harjoituksissa. Jokainen meistä painotti harjoittelussaan yksinhuoltajatyötä ja tutustui siihen mahdollisemman paljon. Näin saimme kattavan kuvan siitä, miten yksinhuoltajatyötä voi tehdä.

Kesän 2014 aikana pidimme tiiviisti yhteyttä sähköpostitse ja puhelimitse Ilmajoen seurakuntaan. Tapasimme myös useita kertoja keskenämme ja suunnittelimme leiriä. Mietimme pitkään, järjestetäänkö leiri yksinhuoltajille vai yhden vanhemman perheille. Halusimme varmistaa, ettei yksinhuoltajan osallistuminen leirille esty lastenhoidon järjestämisen takia. Epäilimme omien resurssiemme riittävyyttä järjestää ohjelmaa sekä aikuisille että lapsille. Suunnittelimme lasten ohjelman järjestäjiksi toista opiskelijaryhmää. Kysyimme Diakonia-ammattikorkeakoulun Järvenpään ja Kauniaisten toimipisteiden sekä Centria-ammattikorkeakoulun opettajilta tietoa mahdollisista opiskelijoista tähän tehtävään. Emme saaneet yhteistyökumppania. Suunnittelimme myös Ilmajoen seurakunnan lapsityöntekijöiden pyytämistä mukaan leirille vastaamaan lasten ohjelmasta. Päädyimme kuitenkin suunnittelemaan ja toteuttamaan lasten ohjelman itse. Näin opinnäytetyömme laajeni käsittelemään yhden vanhemman perheitä yksinhuoltajien sijaan. Loppukesällä pyysimme Ilmajoen seurakunnan kirkkoherralta lupaa ottaa leirille avuksi 3–5 isosta.

Syksyllä 2014 olimme yhteydessä seurakunnan varhaisnuorisotyöntekijään, joka antoi meille neljän valitsemansa isosen yhteystiedot. Informoimme isosia leiristä puhelimitse ja sähköpostitse. Suunnittelimme leirin sisällön ja ohjelmarunon (liite 1). Teimme työnjaon leirin vastuualueista. Laura vastaisi lasten ohjelmasta ja Tiia ja Valtteri aikuisten ohjelmasta. Mainostimme leiriä Ilmajoki-lehdessä artikkelin kautta (liite 2). Teimme mainoksen (liite 3), jonka lähetimme diakoniatyöntekijöille. He veivät mainoksia neuvoloihin ja sosiaalitoimistoon. Lisäksi mainoksia oli saatavilla seurakunnan tiloista. Diakoniatyöntekijät lähettivät yksinhuoltaja-asiakkailleen mainoksen kirjeitse. Leirin osallistujat ilmoittautuivat kirkkoherranvirastoon. Leirille ilmoittautui kuusi perhettä: kuusi aikuista ja yhdeksän lasta, jotka olivat 1–15-vuotiaita. Leiristä sai



lisätietoja meiltä. Puhelimitse tuli yksi tiedustelu leiriin liittyen. Lähetimme leirille ilmoittautuneille perheille postitse leirikirjeen (liite 4), jossa oli informaatiota leiristä.

Sovimme tapaamisen diakoniatyöntekijöiden kanssa Ilmajoelle lokakuulle 2014. Palaverissa kävimme läpi leirin kulun ja monia käytännön asioita. Sovimme, että kaksi diakoniatyöntekijää tulee mukaan leirille. Heidän osuudekseen sovittiin leirin turvallisuusvastaavan tehtävä, muilta osin me vastaisimme leiristä. Samana päivänä kävimme tutustumassa Kalajaisten leirikeskukseen, jotta leirin toimintaympäristö olisi tuttu ryhmällemme. Teimme leirin turvallisuusasiakirjan yhdessä diakoniatyöntekijöiden kanssa. Turvallisuusasiakirjassa kartoitetaan leirin mahdolliset riskit sekä tehdään työnjako ja toimintasuunnitelma onnettomuuksien varalle (Suomen ev.lut. kirkon keskushallinto 2006). Hankimme tarvittavat materiaalit leirin toteutusta varten: askartelimme ja ostimme leirin ohjelmaan tarvittavia asioita ja teimme diakoniatyöntekijöille listan tavaroista, jotka heidän täytyi tuoda leirille. Hankimme teoriatietoa ja kirjoitimme opinnäytetyötämme koko syksyn ajan.

Lokakuussa 2014 pidimme opinnäytetyöryhmämme kanssa palaverin, jossa suunnittelimme tarkasti leirin sisällön. Varmistimme leirin kokonaisuuden yhtenäisyyden valmistelemalla leiriohjelman yhdessä. Esitimme opinnäytetyön käsikirjoituksen seminaarissa lokakuussa.

### 6.3 Leirin sisältö ja toteutus

Leiri toteutettiin Kalajaisten leirikeskuksessa 31.10.–1.11.2014. Ennen yhden vanhemman perheiden saapumista pidettiin palaveri diakoniatyöntekijöiden ja isosten kanssa. Siinä kerrattiin leiriohjelma ja vastualueet. Leirin ohjelma oli kaikkien nähtävillä myös ilmoitustaululla. Majoitustiloissa jaoimme huoneet leirille osallistuvien perheiden mukaan ja merkitsimme huoneet nimikylteillä. Leiriläiset vastaanotettiin leirikeskuksen parkkipaikalla, jotta he kokisivat olonsa tervetulleiksi. Leirille osallistui viisi aikuista ja kahdeksan lasta. Yksi ilmoittau-

tuneista perheistä ei osallistunut leirille. Leirin turvallisuusvastaavana toiminut diakoniatyöntekijä antoi turvallisuusohjeet leirin aluksi.

Leirin ohjelmassa oli erilaista ryhmätoimintaa sekä aikuisille että lapsille. Leiriläiset tutustuivat toisiinsa ohjatusti, aikuiset omana ryhmänään ja lapset omanaan. Lapsille oli tutustumisleikkejä ja aikuiset tutustuivat toisiinsa kuvakorttityöskentelyn avulla. Jokainen sai valita pöydälle asetelluista kuvakorteista yhden ja esitellä itsensä sen avulla. Tämä mahdollisti sen, että jokainen sai kertoa itsestään sen verran kuin halusi. Tutustumisen tavoitteena oli ryhmäytyminen ja turvallisen ilmapiirin luominen. Tutustumista tuettiin koko leirin ajan erilaisin leikin ja keskusteluin. Aikuisten kanssa sovimme, että leirillä käydyt keskustelut ovat luottamuksellisia.

Aikuisten kanssa toteutettiin aarrekartta-työskentely, joka alkoi rentoutuksella. Siinä kuunneltiin kitaramusiikkia ja Irja Askolan runoja. Leiriläisiä ohjattiin ja tuettiin visuaalisen aarrekartan tekemisessä. Aarrekartta-työtapa oli leirillämme voimaantumisen väline. Lapsille toteutettiin seikkailutoimintaa merirosvoaiheisella aartenetsinnällä. Lapset jaettiin ryhmiin, joista jokaisessa oli vähintään yksi isonen. Ryhmissä lapset kiersivät leirikeskuksen alueelle etukäteen valmisteltua rastirataa. Rasteilta ryhmä sai tehtäviä tekemällä vihjeitä, joiden avulla aarre löytyi. Se oli aarrearkku, jonka sisältä löytyi suklaakolikoita ja peili. Mukana oli myös teksti, jossa kerrottiin, että Jumalan suurin aarre näkyy peilistä. Toiminnan tarkoituksena oli tukea lasten voimaantumista, yhteisöllisyyttä ja hengellisyyttä.

Leirin ohjelmaan sisältyi ohjatun toiminnan lisäksi vapaata aikaa, jonka sai käyttää haluamallaan tavalla. Isot viettivät aikaa lasten kanssa, jos vanhempi halusi olla yksin. Halusimme tukea vanhempien jaksamista tarjoamalla arjesta poikkeavaa ajankäyttöä. Keittäjän valmistama ruoka ja yhteiset ulkoilut tukivat osallistujien jaksamista. Tällä tavoin pyrimme edistämään osallistujien terveyttä.

Hartaudet olivat osa leiriä. Ne olivat osallistavia ja pyrkivät hengellisyyden tukemiseen. Jokainen sai osallistua hartauksien lauluihin, rukouksiin ja muihin

osioihin haluamansa verran. Toteutimme leirimessun yhdessä Ilmajoen seurakunnan pastorin kanssa.

#### 6.4 Leiriläisten odotukset ja palaute

Leirin alussa keräsimme aikuisilta kirjallisesti odotuksia leiristä, jotta pysyisimme arvioimaan leiritoiminnan tarpeellisuutta. Lomakkeessa (liite 5) pyydettiin vastausta yhteen avoimeen kysymykseen. Vastauksissa esiintyi useimmiten valmiin ruoan, saunan ja rennon oleilun odotus. Viidestä vastauksesta kahdessa kerrottiin vapauden kotitöistä olevan odotettu asia. Yhtä usein kerrottiin odotukset uusista tuttavuuksista, aikuisten seurasta, vertaistuesta ja lasten kanssa yhdessä olemisesta.

Leirin lopuksi keräsimme sekä aikuisilta että lapsilta kirjalliset palautteet. Kysyimme aikuisilta kuusi avointa kysymystä (liite 6). Palautelomakkeen lopussa kerrottiin mahdollisuudesta antaa palautetta vielä myöhemmin sähköpostitse. Lapsilta pyydettiin palaute (liite 7) hymynaamoilla.

Lapsilta saamamme palautteen mukaan he olivat tyytyväisiä leiriin ja sen sisältöön. Kaikissa yksinhuoltajien palautteissa kerrottiin leirin vastanneen odotuksiin. Keskeisimmäksi anniksi mainittiin oma aika, uudet tuttavuudet ja se, ettei tarvinnut tehdä kotitöitä. Leiriläisten kehitysehdotus oli, että leiri olisi kestänyt koko viikonlopun. Lisäksi osa toivoi hemmottelua ja vapaata yhdessäoloa. Kaikki vastanneista suosittelisivat leiriä ystäville. He toivoivat seurakunnalta retkiä, leirejä ja tapaamisia yksinhuoltajien kesken esimerkiksi ryhmä- tai kahvilatoimintana. Taloudellisen avun saaminen oli myös yksi toive.

#### 6.5 Diakoniatyöntekijöiden ja isosten palaute

Kysyimme diakoniatyöntekijöiltä palautetta sähköpostitse lomakkeella (liite 8) leirin jälkeen. Työntekijöiden lomakkeessa oli seitsemän avokysymystä. Diakoniatyöntekijät kertoivat palautteissaan, että leirin suunnittelu oli

kokonaisvaltaista ja lapset ja aikuiset otettiin huomioon. Palautteen mukaan leiriläiset kohdattiin ja aikataulu oli joustava. Työtettämme kuvattiin ammatilliseksi. Lisäksi palautteessa mainittiin, että leirin teema oli hyvä ja leirimessu tärkeä. Palautteen mukaan työskentelimme vastuullisesti ja itsenäisesti eri yhteistyötahojen kanssa. Diakoniatyöntekijät kertoivat, että meillä oli selkeät vetovastuut ja huolehdimme leirin turvallisuudesta. Työntekijät kertoivat myös vertaistuen mahdollistuneen leirillä. Palautteen mukaan yksinhuoltajatyö on tarpeellista seurakunnassa. Diakoniatyöntekijöiden mukaan oli hyvä, että meissä ja isosissa oli sekä miehiä että naisia. He kertoivat aikovansa huomioida tämän asian myös tulevilla leireillä ja, että vuodelle 2015 on budjetoitu yhden vanhemman perheiden leiri Ilmajoen seurakuntaan.

Saimme palautetta, että leiriä olisi voinut mainostaa näyttävämmin. Lisäksi toisessa palautteessa huomautettiin, että turvallisuutta olisi voinut huomioida vielä paremmin. Palautteessa ehdotettiin, että leirillä olisi voinut olla yksi meistä päävastuussa. Palautteen mukaan se olisi voinut helpottaa tiedonkulkua ja aikatauluista ilmoittamista.

Isosilta kerättiin palautetta sähköpostitse leirin jälkeen. Heidän lomakkeessaan (liite 9) oli viisi avokysymystä. Neljästä isosesta kaksi vastasi palautteeseen. Isosten mukaan lapsille suunnattu toiminta oli onnistunutta ja edisti lasten ryhmäytymistä. Isokset kertoivat palautteissaan huomanneensa leiriläisten virkistäytyneen. Palautteessa kerrottiin myös meidän ja isosten yhteistyön sujuuneen hyvin. Toimintaamme kuvattiin palautteessa rennoksi ja määrätietoiseksi. Lisäksi he kertoivat tulleen huomioiduksi ja saaneensa ohjausta. Palautteessa tuotiin esille halukkuus osallistua uudelleen vastaavanlaiselle leirille isosena.

## 7 POHDINTA JA ARVIOINTI

Teimme opinnäytetyömme seurakuntaan, joten on luontevaa, että työssä keskeinen näkökulma on diakoniatyön osaaminen ja ammatillisuus. Koemme kuitenkin kehittyneemme sekä diakonissoina että sairaanhoitajina. Olemme pohtineet toimintaamme opinnäytetyöprosessin aikana sairaanhoitajan kompetenssien pohjalta. Kompetenssit ovat osaamisvaatimuksia, joilla määritellään sairaanhoitajan ammatillinen osaaminen. Ne on jaettu viiteen osaamisalueeseen, jotka ovat hoitotyön asiakkuusosaaminen, terveyden edistämisen osaaminen, kliininen osaaminen, päätöksenteko-osaaminen sekä ohjaus- ja opetusosaaminen. Kaikille aloille yhteisiä ovat ammattikorkeakoulututkintojen tuottamat yleiset kompetenssit. Niiden osaamisvaatimuksia ovat muun muassa eettinen osaaminen ja kehittämistoiminnan osaaminen. (Diak i.a.)

### 7.1 Eettiset näkökohdat

Kaikki Diakonia-ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehittämistoiminta on eettisesti kestävä (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010). Teimme prosessin eri vaiheissa päätöksiä pohtien niiden vaikutuksia leirin osallistujille. Pyrimme kehittämään Ilmajoen seurakuntaa mahdollisimman hyvin palvelevan leirin. Käytimme lähteinä tutkittuun tietoon perustuvaa kirjallisuutta ja tarkistimme tiedon taustan. Valmistuttuaan opinnäytetyömme on halukkaiden luettavissa.

Järjestimme leirin paikkakunnalla, jossa on 12 000 asukasta (Ilmajoen kunta 2014). Pienessä kunnassa yhden vanhemman perheiden lukumäärä on pieni, joten yksittäisen perheen tunnistaminen opinnäytetyöstämme on todennäköisempää kuin suuren kunnan alueella. Huolehdimme opinnäytetyöhön liittyvien henkilöiden tietosuojasta. Kirjoitimme opinnäytetyöhön vain siihen oleellisesti liittyvistä tiedoista, siten, ettei yksittäisiä henkilöitä voida tunnistaa. Leiristä antoi palautetta viisi yksinhuoltajaa. Palautetta käsitellessämme kiinnitimme erityistä huomiota heidän tunnistamattomuutensa turvaamiseen. Emme esimerkiksi ottaneet suoria lainauksia palautteista.

Opinnäytetyömme aihe on ajankohtainen, sillä yhden vanhemman perheiden osuus kaikista lapsiperheistä on noussut 1990-luvulta kuusi prosenttiyksikköä (Haataja 2009, 52–53; Yhden vanhemman perheiden liitto 2013). Yhden vanhemman perheissä voi olla taloudellisia, sosiaalisia ja hyvinvointiin liittyviä haasteita (Forssén ym. 2009, 17; Lönnqvist 2003, 127–130; Vilén ym. 2006, 65–66). Teoriatietoon pohjaten koemme yhden vanhemman perheet kohderyhmänä eettiseksi valinnaksi. Toisaalta yleinen lapsiköyhyys on lisääntynyt (Jäntti 2010, 62–63), joten on hyvä pohtia perusteluita kohderyhmän valinnalle. Olimme voineet kehittää myös seurakunnan yleistä perhetyötä tai muuta diakoniatyön asiakkaille suunnattua toimintaa. Yhden vanhemman perheiden valitseminen kohderyhmäksi nostaa leimautumisen riskiä. Tilastoista nähdään, että yhden vanhemman perheet ovat ryhmä, jolla esiintyy usein erilaisia ongelmia. Se, että osalla heistä on haasteita arjessa, ei tarkoita sitä, että niitä olisi kaikilla.

## 7.2 Toiminnan pohtiminen

Suunnitteluvaiheessa oletimme, että yksinhuoltajat odottavat leiriltä aikaa itselle. Leiriläisiltä kirjallisesti kerätyissä odotuksissa kuitenkin näkyi toive viettää aikaa koko perheen kanssa. Toisaalta oletimme vertaistuen olevan tärkeä asia leirillä. Tämä näkyi myös osallistujien antamassa palautteessa. Leiriläiset olisivat palautteen mukaan toivoneet pidempää leiriä. Suunnittelimme aluksi koko viikonlopun mittaista leiriä, joka ei kuitenkaan seurakunnan resurssien vuoksi toteutunut. Koemme, että pidempi leiri olisi vahvistanut ryhmäytymistä ja vertaistukea. Myös aikuisten tekemää aarrekarttaa olisi voinut käsitellä laajemmin.

Isotet kertovat palautteessaan huomanneensa leirin tarpeellisuuden. He toivat ilmi myös kokemuksensa siitä, että he olivat tärkeä osa leiriä. Porkan mukaan leirit tukevat isosen hengellistä kasvua, sillä he ovat mukana leirin hartauselä-mässä ja omalta osaltaan toteuttamassa sitä. Yleisin tapa ohjata isosia leirillä on yhteiset palaverit. (Porkka 2004, 106–114.) Suunnittelimme leirin siten, että

isokset ovat tärkeässä osassa leirin onnistumisessa, mutta saavat myös itse siitä jotain. Koimme isosten ohjaamisen olleen luontevaa ja hyvää ilmapiiriä rakentavaa. Tämä ilmeni myös isosten palautteissa.

Diakoniatyöntekijöiden palautteet olivat osittain ristiriitaisia. Toinen heistä kertoi, että koki meidän huolehtineen leirin turvallisuudesta hyvin. Toinen toivoi, että olisimme huomioineet turvallisuuden paremmin. Oman näkemyksemme mukaan huolehdimme leirin turvallisuudesta kattavasti. Huomioimme esimerkiksi ympäristön vaarat turvallisuusasiakirjaa laatiessa. Lasten ja aikuisten toiminta oli ohjattua ja valvottua. Laavuretkelle otimme mukaan ensiapulaukun ja huomioimme liikenteen vaarat.

Perehtymämme vertaistuen teorian kautta ja leiriläisiltä saadun palautteen mukaan voidaan todeta vertaistuen olevan tärkeä asia yhden vanhemman perheille. Asetimme leirimme tavoitteeksi yhden vanhemman perheiden virkistymisen ja voimaantumisen vertaistuen kautta. Mielestämme saavutimme tavoitteemme hyvin. Huomasimme leirillä lasten ja aikuisten hyötyvän samassa tilanteessa olevien ihmisten seurasta.

### 7.3 Oma ammatillinen kasvu

Ryhmätyöskentelymme sujui hyvin. Pidimme useita palavereja, joissa suunnitelimme työskentelyämme tietylle ajanjaksolle. Jaoimme teoriaosuuden pienempiin aihealueisiin, joista haimme tietoa ja kirjoitimme itsenäisesti. Kokosimme tekstiä yhdessä taataksemme työn yhtenäisyyden. Leirin suunnittelimme kokonaan yhdessä. Opinnäytetyöprosessin aikana haastavaa oli hallita kokonaisuutta. Samaan aikaan oli kirjoitettava teoriaa, suunniteltava leiriä ja työskennellä sekä yksin että ryhmässä. Teimme opinnäytetyötä väljällä aikataululla kahden vuoden ajan. Tämä mahdollisti rauhallisen työtahdin ja reagoinnin muutoksiin. Pystyimme pohtimaan erilaisia ratkaisuja haasteisiin, joita ilmeni kirjallisen työn toteutuksessa ja leirin suunnittelussa.

Opimme prosessin aikana, että leirin järjestäminen vaatii paljon työtä, suunnittelua, yhteydenpitoa eri tahoihin ja käytännön järjestelyjen hoitamista. Nämä korostuvat varsinkin uutta työmuotoa aloittaessa. Kehittämisoosaaminen on yksi ammattikorkeakoulututkintojen tuottama yleinen osaamisvaatimus (Diak i.a.). Teoriaosaamisemme karttui. Kehityimme tiedon hankkijoina ja tekstin kirjoittajina. Opimme hyödyntämään erilaisia tiedonhankintakanavia kuten Sotkanettiä, Elektraa ja Theseusta. Apuna käytimme myös kirjaston informaattikkoa. Lähdekriittisyytemme kasvoi tämän prosessin aikana. Olemme käyttäneet lähteitä monipuolisesti ja harkiten. Lähes kaikki lähteemme ovat 2000-luvulta. Erityisesti internetlähteiden kohdalla kiinnitimme huomiota luotettavuuteen. Aarrekartta-työtavasta löysimme tietoa vain kolmesta lähteestä. Yksi niistä on työtavan kehittäneen Kristiina Harjun teos ja toinen on Kotilääkäri-lehden artikkeli. Niistä kumpikaan ei ole tieteellinen teos. Kolmas lähde on Juha Kiiskin Sielunhoito-kirja, jossa on lyhyt kappale menetelmästä. Päätimme kuitenkin käyttää edellä mainittuja lähteitä ja aarrekartta-työtapaa. Siitä on ollut opetusta diakoniatyön teoriaopinnoissa. Kokemuksemme mukaan se on ollut toimiva menetelmä diakoniatyössä. Aarrekartta-työtapaa osoittautui toimivaksi myös leirillämme. Leiriläisten antaman suullisen palautteen ja tekemiemme havaintojen perusteella he nauttivat sen tekemisestä ja kokivat sen virkistäväksi.

Opimme hahmottamaan, että terveyden edistämisen mahdollisuudet diakoniatyössä ovat hyvät. Koulutuksemme antaa valmiuksia tehdä terveyttä edistävää työtä eri asiakasryhmien parissa. Terveyden edistäminen on myös osa sairaanhoitajan kompetensseja (Diak i.a.). Tulevina sairaanhoitaja-diakonisoina pystymme diakoniatyössä huomioimaan asiakkaiden fyysisiä, psyykkisiä, sosiaalisia ja hengellisiä tarpeita hoitotyön osaamista hyödyntämällä. (Kotisalo & Rättyä 2014, 17–18.) Olemme huomanneet, että sairaanhoitajan työ esimerkiksi sairaalan osastolla voi olla rutiininomaista ja ylhäältä ohjattua. Diakoniatyöntekijä pystyy usein toimimaan itseohjautuvasti. Tämä oppinäytetyöprosessi ja laaja suunnittelu on antanut meille valmiuksia toimia luovasti myös hoitotyössä. Sairaanhoitajan kompetensseihin on kirjattu valmius kohdata erilaisia ihmisiä holistisen ihmiskäsityksen mukaan kokonaisuuksina (Diak i.a.). Kehityimme kohtaamaan erilaisia ihmisiä erilaisissa elämäntilan-



teissa. Opimme toimimaan yhteistyössä eri tavoin työskentelevien ihmisten kanssa. Nämä molemmat asiat ovat hyödyksi niin hoito- kuin diakoniatyössä.

Opimme antamaan ja saamaan sekä rakentavaa että positiivista palautetta. Olemme toimineet opinnäytetyöprosessin eri vaiheissa opponentteina tarkastelun ja arvioiden toisten opiskelijoiden töitä. Annoimme leirillä palautetta leiriläisille, isosille, diakoniatyöntekijöille ja toisillemme. Olemme kehittäneet työtämme meille annetun palautteen avulla. Yhtenä tärkeimmistä asioista olemme oppineet ristiriitaisen palautteen ja ohjeistuksien keskellä tekemään päätöksiä oman harkintamme mukaan.

Prosessin aikana huomasimme asioita, jotka olisimme voineet tehdä toisin. Opinnäytetyöprosessin alussa idea työn toteuttamisesta oli epäkypsä. Suunnittelimme leiriä, mutta emme tehneet selkeää suunnitelmaa opinnäytetyön kirjallisesta sisällöstä. Aloimme kuitenkin kirjoittaa opinnäytetyön suunnitelmaa ja esitimme sen seminaarissa. Seminaarissa saamamme palautteen pohjalta ymmärsimme työmme rakenteen puutteellisuuden ja aloimme korjata sitä. Kirjoitimme suunnitelman uudelleen. Alussa aarrekartta-työtapa oli liian suuressa osassa. Vasta käsikirjoitusvaiheessa ymmärsimme aarrekartan olevan yhtä tärkeä kuin leirin muut toiminnot.

Olemme pitäneet useita palavereja keskenämme ja yhteistyötahojemme kanssa. Palaverit ovat olleet hyödyllisiä ja vieneet prosessiamme eteenpäin. Olisi ollut tarpeellista tehdä jokaisesta palaverista omat selkeämmät muistionsa, jotka olisi lähetetty jokaiselle osallistujalle. Tällöin päätöksiin olisi ollut helppo palata ja muistaa sovitut asiat. Uskomme, että tämä olisi helpottanut meidän ja yhteistyötahojen työskentelyä. Osallistujien palautetta tarkastellessamme huomasimme, että palautelomakkeen kysymyksissä oli päällekkäisyyttä. Leiriläiset olivat vastanneet kysymyksiin 3 ja 4 samansisältöisesti. Huolimattomuutemme takia palautteen koonti oli haastavaa.

Olemme tyytyväisiä opinnäytetyöprosessiimme. Tavoitteenamme oli kehittää Ilmajoen seurakunnan yksinhuoltajatyötä. Koemme onnistuneemme tässä hyvin, sillä seurakunta aikoo jatkaa yksinhuoltajatyötä järjestämällä yhden van-

hemman perheiden leirin myös vuonna 2015. Seuraavaa leiriä varten kirjoitamme tekstin, jonka lähetämme Ilmajoen seurakunnan diakoniatyöntekijöille. He voivat muokata sitä ja halutessaan tarjota julkaistavaksi Ilmajoki-lehteen. Tekstissä kuvaamme järjestämäämme leiriä ja kannustamme osallistumaan myös uudelle leirille.

Esitämme opinnäytetyömme pohjalta jatkokehittämisideana yksinhuoltajien tai yhden vanhemman perheiden lasten kerho- tai kahvilatoiminnan kehittämistä. Yksinhuoltajatyöstä voisi tehdä laadullisen tutkimuksen yksinhuoltajan arjen haasteiden näkökulmasta. Lisäksi vähävaraisissa perheissä elävien lasten näkemyksiä hyvästä voinnista voisi tutkia. Aarrekartta-työtavan toimivuutta voisi tutkia esimerkiksi laadullisella pitkäaikaistutkimuksella.

## LÄHTEET

- Aaltonen, Marjo; Ojanen, Tuija; Vihunen, Riitta & Vilén, Marika 2003. Nuoren aika. Helsinki: WSOY.
- Airio, Ilpo 2010. Avioero suomalaiseen tapaan. Lähivanhemman ja lasten taloudellinen selviäminen avioerosta. Teoksessa Ulla Hämäläinen & Olli Kangas (toim.) Perhepiirissä. Helsinki: Kela, 196–214.
- Bardy, Marjatta 2009. Lapsuus, aikuisuus ja yhteiskunta. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) Lastensuojelun ytimessä. Helsinki: THL, 17–46.
- Diak i.a. Harjoittelussa oppimisen tavoitteet ja arviointi. Opiskeluohje. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Diakoniatyöntekijöiden Liitto ry 2001. Diakoniatyöntekijän eettiset ohjeet. Viitattu 18.5.2014.  
<http://dtl.fi/modules/system/stdreq.aspx?P=382&VID=default&SID=486944869448694&S=0&C=23291>
- ELLA Etelä-Pohjanmaan lapsiperhepalvelut-kehittämishanke 2011–2013 i.a. Kersanet. Viitattu 13.5.2014. <http://www.epshp.fi/kersanet>
- Forssén, Katja; Haataja, Anita & Hakovirta, Mia 2009. Yksinhuoltajien asema suomalaisessa hyvinvointivaltiossa. Teoksessa Katja Forssén, Anita Haataja & Mia Hakovirta (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Helsinki: Väestöliitto, 9–18.
- Haataja, Anita 2009. Kuka on yksinhuoltaja? Yksinhuoltajien määrä ja profiili eri aineistojen valossa. Teoksessa Katja Forssen, Anita Haataja & Mia Hakovirta (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Helsinki: Väestöliitto, 46–62.
- Hakala, Pirjo 2002. Ihmisen kokonaisvaltainen auttaminen. Teoksessa Riitta Helosvuori, Esko Koskenvesa, Pauli Niemelä & Juhani Veikkola (toim.) Diakoniatyön käsikirja. Helsinki: Kirjapaja, 233–266.
- Harju, Kristiina 1999. Aarrekartan avulla kohti uutta. Juva: WSOY

- Heino, Tarja 2009. Lastensuojelun tilastot, asiakkaat ja palvelut. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) Lastensuojelun ytimessä. Helsinki: THL, 52–75.
- Helin, Matti; Hiilamo, Heikki ja Jokela, Ulla 2010. Diakoniatyö – asiakkaan palveluksessa. Juva: WS Bookwell Oy.
- Helminen, Jari 2006. Onnen kehto vai kurjuuden alho? Suomalaisten lapsiperheiden arjen kurjistumisesta. Teoksessa Jari Helminen (toim.) Elämä koettelee, tuki kannattelee. Sosiaali- ja terveysalan työ monimuotoisissa perhesuhteissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 15–36.
- Huuskonen, Päivi i.a. Vertaistuki – ”en olekaan ainut”. Viitattu 11.8.2014.  
<http://www.sosiaaliporssi.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki/>
- Hämäläinen, Juha 2010. Perhepolitiikka. Teoksessa Pauli Niemelä (toim.) Hyvinvointipolitiikka. Helsinki: WSOYpro Oy, 227–246.
- Iivanainen, Ansa; Jauhiainen, Mari & Pikkarainen, Pirjo 2006. Sairauksien hoitaminen terveyttä edistään. Helsinki: Tammi.
- Ilmajoen kunta 2014. Perustietoa kunnasta. Viitattu 8.5.2014.  
<http://www.ilmajoki.fi/?id=395&lang=fi>
- Ilmajoen kunta i.a. Infopaketti uusille kuntalaisille. Viitattu 8.5.2014.  
[http://www.ilmajoki.fi/files/Ajankohtaista/Tietoa\\_Ilmajoen\\_kunnan\\_palveluista\\_28.4.2014.pdf](http://www.ilmajoki.fi/files/Ajankohtaista/Tietoa_Ilmajoen_kunnan_palveluista_28.4.2014.pdf)
- Ilmajoen seurakunta i.a. Ilmajoen seurakunnan Kalajaisten leirikeskus. Esite. Ilmajoki: Ilmajoen seurakunta.
- Jantunen, Eila 2010. Vertaistuki masentuneiden osallisuuden vahvistajana. Teoksessa Terhi Laine, Susanna Hyväri & Päivi Vuokila-Oikkonen (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi, 85–98.
- Juusola, Mare 2008. Kahden kodin kansalainen. Ohjelmisto eroperheiden lasten ja varhaisnuorten ryhmille. Helsinki: Lasten Keskus.
- Jäntti, Markus 2010. Lapsiköyhyydestä Suomessa. Teoksessa Ulla Hämäläinen & Olli Kangas (toim.) Perhepiirissä. Helsinki: Kela, 62–75.

- Jääskeläinen, Ilkka 2002. Diakoniatoiminnan muodot. Teoksessa Riitta Helosvuori, Esko Koskenvesa, Pauli Niemelä & Juhani Veikkola (toim.) *Diakonian käsikirja*. Helsinki: Kirjapaja Oy. 192–232.
- Jääskeläinen, Ilkka 2006. Osallisuus hyvän elämän mahdollistajana. Teoksessa Jari Helminen (toim.) *Elämä koettelee, tuki kannattelee – Sosiaali- ja terveysalan työ monimuotoisissa perhesuhteissa*. Jyväskylä: PS-Kustannus, 91–116.
- Kela 2012. Yhden vanhemman perhe. Viitattu 6.4.2014.  
<http://www.kela.fi/yhden-vanhemman-perhe>
- Kela 2013a. Elatustuki. Viitattu 6.4.2014. <http://www.kela.fi/elatustuki>
- Kela 2013b. Yleinen asumistuki. Viitattu 6.4.2014. <http://www.kela.fi/yleinen-asumistuki>
- Kela 2014a. Lapsilisä. Viitattu 6.4.2014. <http://www.kela.fi/lapsilisa>
- Kela 2014b Lapsilisän määrä. Viitattu 6.4.2014.  
[http://www.kela.fi/lapsilisa\\_maara](http://www.kela.fi/lapsilisa_maara)
- Kiiski, Jouko 2009. *Sielunhoito*. Helsinki: Edita Prima.
- Kiiski, Jouko 2013. *Diakoniatyöntekijä – rinnallakulkija ja kaatopaikka*.  
*Diakoniabarometri 2013*. Helsinki: Kirkon tutkimuskeskus.
- Kirkkojärjestys 1991/1055. 8.11.1991. Viitattu 21.1.2015.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1993/19931055>
- Komi, Tiina 2012. Unelmat luotsaavat tulevaisuutta. *Kotilääkäri* 10/2012, 34–37.
- Kopakkala, Aku 2005. *Porukka, Jengi, tiimi. – Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen*. Helsinki: Edita.
- Kotisalo, Helena & Rättyä, Lea 2014. *Diakonissat terveyden edistäjinä – raportti tutkimus- ja kehittämishankkeesta (1.3.2011–28.2.2014) Terve sielu terveessä ruumiissa - diakonissat terveyden edistämisen toimijoina*. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 7.5.2014.  
[http://www.diak.fi/tyoelama/Julkaisut/Documents/B\\_58\\_9789524932196.pdf](http://www.diak.fi/tyoelama/Julkaisut/Documents/B_58_9789524932196.pdf)
- Kuokkanen, Liisa 2003. *Nurse Empowerment: A model of Individual and Environmental of Nursing Studies*. Annales Universitatis Turkuensis D 558. Turku: Turun yliopisto.
- Lapuan hiippakunta 2012–2014. Suomen evankelis-luterilainen kirkko. Viitattu 30.7.2014. [http://www.lapuanhiippakunta.fi/fi/ilmajoki/#.U9kfFPI\\_ut8](http://www.lapuanhiippakunta.fi/fi/ilmajoki/#.U9kfFPI_ut8)

- Larsson, Rune 2009. Samtal vid brunnar: Introduktion till religionspedagogikens teori och didaktik. Lund: Arcus Förlag.
- Laverack, Glenn 2004. Health promotion and practice: power and empowerment. Viitattu 20.1.2015. Saatavissa: [http://nelliportaali.fi, Ebrary-aineisto](http://nelliportaali.fi/Ebrary-aineisto).
- Lönnqvist, Jouko 2003. Stressi ja depressio. Teoksessa Kimmo Koskenvuo (toim.) Sairauksien ehkäiseminen. Helsinki: Duodecim, 127–135.
- Mattila, Heleena 2008. Voimaantumisen ydin: Sosiaali- ja terveysalalla toimivien ihmisten mahdollisuuksia voimaantua työssään. Väitöskirja. Kuopio: Kuopion yliopisto.
- Meidän kirkko 2015 – osallisuuden yhteisö (2007). Suomen evankelis-luterilaisen kirkon strategia vuoteen 2015. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Myllylä, Marjatta 2004. Diakonisen hoitotyön mallin rakentaminen. Viitattu 7.5.2014.  
<http://herkules.oulu.fi/isbn9514273567/isbn9514273567.pdf>
- Norvanto, Jukka 2004. Raamattu elämään. Katumuksen ja kiitoksen lauluja Ps 1–59. Pieksämäki: RT-Print Oy.
- Pietilä-Hella, Riitta 2006. Perhekeskus - kohtaamisen tila ja paikka. Teoksessa Jari Helminen (toim.) Elämä koettelee, tuki kannattelee – Sosiaali- ja terveysalan työ monimuotoisissa perhesuhteissa. Jyväskylä: PS-Kustannus, 63–78.
- Porkka, Jouko 2004. On kunnia olla isonen – Suomen evankelis-luterilaisen kirkon isostoiminta 2000-luvun alussa. Helsinki: Kirkkohallitus.
- Porkka, Jouko 2005. Isostoiminnan rikkaus – leirityön tarpeista nuorisokulttuuriksi. Teoksessa Terhi Paananen & Hans Tuominen (toim.) Nuorisotyön käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy, 82–108.
- Porkka, Jouko 2012. Faith and Volunteering amongst the Young Church Volunteers – How do they affect each other? Prismet 4/2012, 233–252.
- Punkanen, Tiina 2004. Mielenterveystyö ammattina. Helsinki: Tammi.
- Raamattu. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Helsinki: Kirjapaja.
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua E 37. Oulu: Oulun yliopisto.

- Sosiaali- ja terveysministeriö 2001. Valtioneuvoston periaatepäätös Terveys 2015 – kansanterveysohjelmasta. Viitattu 2.5.2014.  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=42733&name=DLFE-6214.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=42733&name=DLFE-6214.pdf)
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2008. Valtakunnallinen terveydenhuollon eettinen neuvottelukunta. Terveiden edistämisen eettiset haasteet. Viitattu 7.5.2014.  
[http://www.etene.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=17135&name=DLFE-526.pdf](http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=17135&name=DLFE-526.pdf)
- Stakes 2000. Yhteisöanalyysillä alkuun. Ideakortti 3/2000.
- Suomen ev.lut. kirkko i.a.a Keitä kirkkoon kuuluu? Viitattu 7.3.2014.  
<http://evl.fi/EVLfi.nsf/Documents/C65C7A1CE3498B39C22575D600430BB8?OpenDocument&lang=FI>
- Suomen ev.lut. kirkko i.a.b. Luterilaisena olet osa laajaa ja aktiivista yhteisöä. Viitattu 7.3.2014.  
<http://evl.fi/EVLfi.nsf/Documents/A0026188864F6636C225748100294F88?OpenDocument&lang=FI>
- Suomen ev.lut. kirkko i.a.c. Aamenesta öylättiin. Viitattu 5.1.2015.  
<http://www.evl2.fi/sanasto/index.php/Siunaus>
- Suomen ev.lut. kirkko. 2010. Diakonian viranhaltijan ydinosaaminen. 14.6.2010. Tiedote. Viitattu 7.5.2014.  
[http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/F69989152F5F3B0AC2257744002BF5ED/\\$FILE/diakonia\\_yo.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/F69989152F5F3B0AC2257744002BF5ED/$FILE/diakonia_yo.pdf)
- Suomen ev.lut. kirkon keskushallinto 2006. Seurakunnan retki- ja leiritoiminnan turvallisuusohjeet 2006. Sarja C 2006: 5.
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014. Tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANet 2005-2013. Viitattu 13.5.2014.  
<http://uusi.sotkanet.fi/taulukko/J53/94,104,109,110,111,112,113,114/3/3A/0/74/>
- Terveidenhuoltolaki 2010/1326. 30.12.2010. Viitattu 2.5.2014.  
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326#L4P36>
- Thitz, Päivi 2006. Yhteisöllisyys diakoniatyössä. Diakonian tutkimus 12/2006, 93–111.

- Veijola, Timo 2002. Diakonian juuret Raamatussa. Teoksessa Riitta Helosvuori, Esko Koskenvesa, Pauli Niemelä & Juhani Veikkola (toim.)  
Diakonian käsikirja. Helsinki: Kirjapaja, 107–128.
- Vertio, Harri 2003. Terveysten edistäminen. Helsinki: Tammi.
- Vilén, Marika; Vilhunen, Riitta; Vartiainen, Jari; Sivén, Tuula; Neuvonen, Sohvi & Kurvinen, Auli 2006. Lapsuus erityinen elämävaihe. Helsinki: WSOY.
- Vuori, Anne & Åstedt-Kurki, Päivi 2013. Vähävaraisten lapsiperheiden kokemuksia hyvästä voinnista. Tutkiva hoitotyö 11 (1), 24–33.
- Väänänen, Riitta 2013. Perheen rakenteen, dynamiikan ja arvojen merkitys lapsen psyykkiselle hyvinvoinnille. Väitöskirja. Joensuu: Itä-Suomen Yliopisto. Viitattu 5.1.2015.  
[http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-1271-8/urn\\_isbn\\_978-952-61-1271-8.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1271-8/urn_isbn_978-952-61-1271-8.pdf)
- Yhden vanhemman perheiden liitto 2013. Yhden vanhemman perheet tilastoina. Viitattu 6.4.2014. <http://www.yvpl.fi/media/yhden-vanhemman-perheet-tilastoina/>
- Yhden vanhemman perheiden liitto i.a. Jäsenyhdistykset. Viitattu 11.8.2014.  
<http://www.yvpl.fi/yhteystiedot/jaesityhdistykset/>



## LIITTEET

### LIITE 1: Leirin ohjelmarunko

Perjantai 31.10.2014

klo 18.00 Leirille saapuminen, majoittautuminen

klo 18.30 Esittäytyminen, alku- ja turvallisuusinfo

klo 18.45 Tutustuminen aikuisille, tutustuminen lapsille

klo 19.30 Iltapala

klo 20.00 Iltahartaus

klo 20.30 Saunat

Lauantai 1.11.2014

klo 8.00→ Aamupala

klo 9.15 Aamuhartaus

klo 10.00 Aikuisille aarrekartta-toimintaa, lapsille aarteen etsintää

klo 12.00 Lounas

klo 13.00 Ulkoilua laavulle ja kahvit (säävaraus)

klo 15.30 Leirimessu

klo 16.30 Tiivistys leiristä, palautteet aikuisilta ja lapsilta

klo 17.00 Päivällinen

Ilmajoki-lehti n:o 75/2014

## **Ilmajoki-lehti**

### **Yksinhuoltajien leiri seurakunnassa**

## **Arjen aarteita etsimässä**

Seurakunnan leirikeskuksessa Kalajaisissa järjestetään loppusyksystä leiri yksinhuoltajille ja heidän lapsilleen. Leirin teemana ovat arjen aarteet.

- Lapsille on oma ryhmänsä ja aikuisille omansa. Lasten kanssa tekeminen on konkreettisempaa. Aikuiset taas pohtivat, millaisia hyviä hetkiä heidän arkisessa elämässään on, **Laura Koskiniemi**, yksi leirin vetäjistä, kertoo.

- Teemana on juuri tuo arjen ilojen etsiminen ja unelmoiminen. Leirin ohjatut hetket on suunniteltu sen mukaisesti. Sen lisäksi saunotaan, syödään hyvin ja vietetään aikaa muiden kanssa. Leirillä on myös hartauksia ja messu.

Ilmoittautumiset tehdään kirkkoherranvirastoon loka-kuun 10. päivään mennessä.

Viikonlopun viettoon Kalajaisiin voi lähteä myös ilman lapsia, mikäli haluaa ja tarvitsee ihan omaa aikaa.

- Leirille mahtuu kolmekymmentä osallistujaa ja siitä peritään pieni maksu sekä aikuisilta että lapsilta.

Helsingissä sairaanhoitajadiakonissaksi opiskeleva ilmajokelaislähtöinen Koskiniemi kertoo, että leiri toteutetaan osana yksinhuoltajuutta käsittelevää opinnäytetyötä. Koskiniemen kanssa viikonlopun vetäjinä toimivat Tiia Helander ja Valtteri Keskitalo. Kolmikko työstää opinnäytetyötä yhdessä, ja he vastaavat leirin sisällön suunnittelusta ja toteutuksesta yhdessä seurakunnan diakoniatyöntekijöiden kanssa.

Leirin järjestäjänä toimii Ilmajoen seurakunta. Leiri pidetään 31. lokakuuta - 1. marraskuuta.-sh

LIITE 3: Leirimainos

## **AARREKARTTA ARJEN UNELMIIN –LEIRI YHDEN VANHEMMAN PERHEILLE**

Tervetuloa rentoutumaan, ulkoilemaan ja  
viettämään aikaa yhdessä!

**31.10 klo 18 – 1.11.2014 klo 18**

**Kalajaisten leirikeskukseen**

Leiri on tarkoitettu yhden vanhemman perheille  
(lapsille omaa ohjelmaa).

Leirin hinta on aikuisilta 15€ ja lapsilta 5€.

Leirille saavutaan omin kyydein.

**Ilmoittautuminen 10.10.2014 mennessä**

kirkkoherranvirastoon: puh 06-4240410.

Järjestäjänä Ilmajoen seurakunta. Lisätiedot leirin suunnittelusta  
vastaavilta Diakonia-ammattikorkeakoulun sairaanhoitaja-  
diakonissaopiskelijoilta.

Laura Koskiniemi

Tiia Helander

Valtteri Keskitalo (puhelinnumero poistettu)

#### LIITE 4: Leirikirje

Hei,

olet ilmoittautunut yhden vanhemman perheiden leirille, joka on 31.10.–1.11.2014. Tästä kirjeestä löydät tarkempaa tietoa leiristä. Leirillä vietämme aikaa yhdessä sisällä ja ulkona. Vanhemmille ja lapsille on sekä omaa että yhteistä ohjelmaa.

Leiripaikka on Kalajaisten leirikeskus, osoite on Jurvantie 1410, 61340 Nopankylä. Leirille saapuminen tapahtuu omin kyydein perjantaina klo 18. Aloitamme leirin ruokailulla. Lähtö leiriltä lauantaina klo 18 alkaen. Iltaa on mahdollista viettää yhdessä klo 21 asti.

Leirille tarvitset mukaan:

- aluslakana, pussilakana ja tyynyliina
- kylpy- ja käsipyyhkeet
- hygieniavälineet
- henkilökohtaiset lääkkeet
- vaatteita ulkoiluun ja sisälläoloon
- sisäkengät tai villasukat



Lämpimästi tervetuloa etsimään arjen aarteita!

Leirillä ovat mukana diakoniatyöntekijät Leena Martikkala ja Liisa Rintakallio sekä leirin suunnittelusta vastaavat Diakonia-ammattikorkeakoulun sairaanhoitaja-diakonissaopiskelijat,

Laura Koskiniemi, Tiia Helander ja

Valtteri Keskitalo (puhelinnumero poistettu)

## LIITE 5: Lomake odotuksista leirin suhteen

### **Tervetuloa etsimään arjen aarteita!**

Mitä ja minkälaisia asioita odotat leiriltä?

---

---

---

---

---

## LIITE 6: Palautelomake aikuisille

Arjen aarteita etsimässä – leiri 31.10–1.11.2014

Leirille osallistuneiden aikuisten palaute

1. Kuvaile miten leiri vastasi odotuksiisi?

---

---

---

2. Mikä oli leirin keskeisin anti itsellesi?

---

---

---

3. Mikä leirillä olisi voinut olla toisin?

---

---

---

4. Jos osallistuisit seurakunnan järjestämälle leirille uudestaan, mitä toivoisit siltä?

---

---

---

5. Suositteletko leiriä ystävällesi?

---

---

6. Mitä seurakunta voisi mielestäsi tarjota yhden vanhemman perheille?

---

---

---

Kiitos palautteestasi! Halutessasi voit täydentää palautettasi vielä sähköpostitse leirin jälkeen: (sähköpostiosoite poistettu)

## LIITE 7: Palautelomake lapsille

Arjen aarteita etsimässä 31.10–1.11.2014

Leirille osallistuneiden lasten palaute

Millainen olo sinulle jäi leiristä? Ympyröi:



Mitä mieltä olit aartenetsinnästä? Ympyröi:



Halutessasi voit piirtää meille kuvan leiristä.

Kiitos palautteestasi!

## LIITE 8: Palautelomake diakoniatyöntekijöille

Arjen aarteita etsimässä -leiri 31.10–1.11.2014

Leirillä olleiden diakoniatyöntekijöiden palaute

1. Missä asioissa onnistuimme leirin suunnittelussa?
2. Mitä leirin suunnittelussa olisimme voineet tehdä toisin?
3. Missä asioissa onnistuimme leirillä?
4. Mikä leirillä olisi voinut olla toisin?
5. Oliko leirin vastuunjako työntekijöiden ja opiskelijoiden välillä selkeä?
6. Kuinka yhteistyömme mielestäsi sujui?
7. Vapaa sana.

Kiitos palautteestasi ja yhteistyöstä!



## LIITE 9: Palautelomake isosille

Arjen aarteita etsimässä -leiri 31.10–1.11.2014

Leirillä olleiden isosten palaute

1. Mikä oli leirin keskeisin anti itsellesi?
2. Mikä leirillä olisi voinut olla toisin?
3. Mikä lasten toiminnassa toimi hyvin?
4. Kuinka yhteistyömme mielestäsi sujui?
5. Vapaa sana.

Kiitos palautteestasi ja yhteistyöstä!